

SAÚDE MENTAL E IMPACTO PSICOLÓGICO DA PANDEMIA COVID-19

EM FIRST-RESPONDERS: REVISÃO DE LITERATURA



Natália Vara
Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal
vara.natalia@gmail.com/nvara@ipb.pt

Miguel Cameira
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal
cameira@fpce.up.pt

Cristina Queirós
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal
cqueiros@fpce.up.pt

Introdução

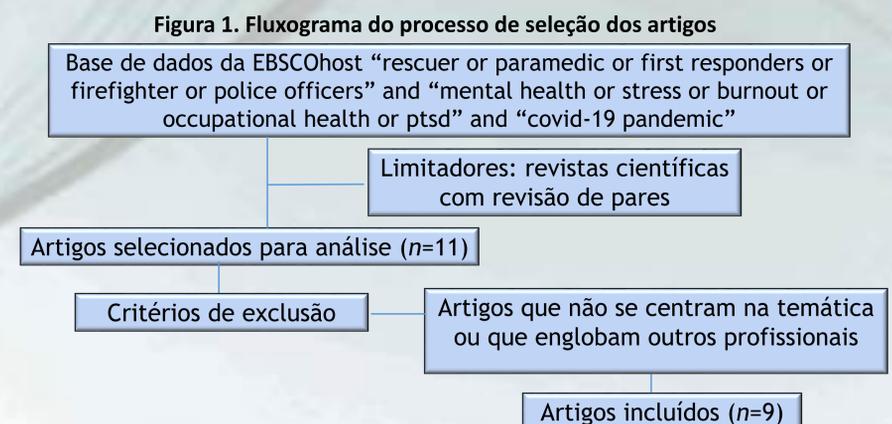
Durante a pandemia da COVID-19 os *first-responders* constituíram, juntamente com os profissionais de saúde, uma primeira linha de atuação no socorro. Contudo, pela gravidade da situação, pelo seu prolongamento no tempo, e também pela diversidade de funções associadas aos profissionais de socorro, a sua saúde mental pode ter sido prejudicada (Frenkel et al., 2021; Hendrickson et al., 2021). Em março de 2022 a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2022) alertou para um aumento mundial de 25% dos casos de ansiedade e de depressão, e nesta era de pós-pandemia inúmeros estudos foram publicados sobre a saúde mental dos profissionais de saúde. Contudo, sobre os profissionais de socorro existem menos estudos.

Objetivos

Identificar estudos sobre a saúde mental associada ao impacto psicológico da pandemia COVID-19 especificamente focados nos *first-responders*, considerando que estes abrangem os técnicos de emergência pré-hospitalar, bombeiros e polícias.

Metodologia

Em fevereiro de 2023, utilizou-se na base EBSCOhost a equação de pesquisa: “*rescuer or paramedic or first responder or firefighter or police officer*” e “*mental health or stress or burnout or occupational health or ptsd*” e “*covid-19 pandemic*”, com restrição ao título ou descritores de indexação, e a artigos publicados em revistas académicas com peer review, em inglês, português, espanhol ou italiano, e com texto integral disponível. A pesquisa abrangiu estudos publicados em 2021 ou 2022, dos quais 9 foram considerados elegíveis (Figura 1) e analisados em função da amostra, indicadores psicológicos associados à saúde mental, stressores, consequências, fatores protetores, medidas mitigadoras e intervenção.



Resultados

Os resultados identificaram predominância de artigos focados em polícias (n=6) e apenas três em profissionais de emergência/saúde, não existindo nenhum em bombeiros. Os indicadores psicológicos são sobretudo stress, ansiedade, depressão e burnout, sugerindo mal-estar psicológico e risco de adoecimento individual. Destacam-se stressores como a falta de proteção e apoio por parte dos superiores, as exigências laborais, emocionais e familiares. São salientadas estratégias mitigadoras/protetoras em situações futuras similares e recomendações para a intervenção junto destes profissionais, nomeadamente: melhorar o apoio e a comunicação no local de trabalho, promover intervenções psicossociais e de gestão do stress, implementar políticas de um ambiente de trabalho favorável.

Tabela 1. Características dos artigos

Autor e data	Profissionais	Principais stressores, consequências, fatores de proteção, medidas mitigadoras e intervenção
Hendrickson et al. (2021)	Profissionais de emergência/saúde	Stressores: falta de proteção e apoio, aumento das exigências laborais e emocionais. Consequências: altos níveis de sintomas psiquiátricos (PSPT, depressão, pensamento suicida, autoagressão) e angústia (desmoralização); probabilidade de turnover e problemas na execução do trabalho normal. Medidas mitigadoras: minimizar a sobrecarga/horas de trabalho; maior disponibilidade para formação e consultoria quando solicitado para assegurar novas funções; dar atenção à proteção necessária aqueles com empregos de maior risco ou condições médicas; validar os riscos e sacrifícios dos trabalhadores da linha de frente; recursos para apoiar o bem-estar; transparência da comunicação no local de trabalho.
Vujanovic et al. (2021)	Prof. de emergência	Stressores: exposição e preocupações relacionadas com covid-19; carga de trauma. Consequências: uso de álcool; ansiedade; depressão; sintomas de PTSD. Intervenção: intervenções de cariz cognitivo-comportamentais para reduzir o risco de sintomas de saúde mental a longo prazo.
Li et al. (2022)	Polícias	Stressores: conflitos família-trabalho (CTF) e trabalho-família (CFT); exigências do trabalho. Consequências: sofrimento psicológico, turnover. Medidas mitigadoras: apoio dos superiores (ouvir e oferecer ajuda) pode reduzir drasticamente a intenção de deixar o emprego e compensar o impacto negativo do CTF e do CFT. Intervenção: implementar políticas e práticas para reduzir o stress no trabalho e a intenção de turnover durante e após uma pandemia. Promover uma política amigável para famílias (ex. aumentar a licença de maternidade, acordos de trabalho flexíveis). Cultivar um ambiente de trabalho favorável: oferecer apoio tangível (ex. assistência com recursos, tempo e trabalho) informacional (ex. conselhos ou informações sobre assistência comunitária) e emocional (ex. cuidado, preocupação e escuta). Oferecer acesso prioritário às vacinas COVID-19 para aumentar a sua sensação de segurança contra infeções; transferir funções de policiamento não essenciais para a comunidade, voluntários e equipas de segurança, para aliviar a sobrecarga de trabalho.
Hernández-Corona & Rojas-Solis (2022)	Polícias	Stressores: ambiente de trabalho hostil e contacto constante com cidadãos e suas necessidades. Consequências: elevados níveis de burnout e sofrimento psicológico. Fatores protetores: satisfação com a vida e entusiasmo pelo trabalho.
Wu et al. (2021)	Polícias	Stressores: mudanças na sobrecarga de trabalho e medo de contrair COVID-19. Consequências: maiores níveis de stress comparativamente ao período pré-pandémico. Fatores protetores: eficácia percebida da proteção por parte da Força Policial contra o risco de COVID-19, quantidade suficiente de sono e maior tempo com a família reduziram significativamente o stress.
Mohamed et al. (2022)	Polícias	Stressores: falta de recursos, divisão desigual de responsabilidades de trabalho, equipamentos inadequados e alto risco de infeção por COVID-19. Consequências: depressão, ansiedade e stress.
Hernández-Corona et al. (2021)	Polícias	Consequências: baixos níveis de burnout, elevados níveis de engagement e satisfação com a vida durante a pandemia.
Frenkel et al. (2021)	Polícias	Stressores: risco de infeção, comunicação deficiente, cuidar das crianças (interferiam com as horas de trabalho, caso alemão e austríaco), condições de trabalho (distanciamento social dos colegas e deterioração do clima da equipa). Consequências: sexo feminino com menos experiência laboral apresentaram maior angústia e regulação emocional inadequada. No global os polícias pareciam tolerar o stress com ligeiras reduções na tensão vivenciada ao longo do confinamento (associado a maior experiência e estratégias de coping adequadas). Intervenção: promulgar leis inequívocas e aumentar a obediência pública por meio da comunicação social; estar preparado logisticamente; melhorar as competências de gestão do stress na formação policial.
Peppou et al. (2021)	Profissionais de emergência	Consequências: prevalência moderada a grave do stress, ansiedade e depressão. Maiores níveis de stress e depressão nos homens. Coping de evitamento associadas a maior stress, ansiedade e depressão. Intervenção: iniciativas de saúde devem ser adaptadas às necessidades de saúde mental dos profissionais. As intervenções psicossociais devem priorizar estratégias de coping adaptativas.

Conclusão

Apesar do envolvimento de variados profissionais de socorro na pandemia, os inúmeros estudos publicados sobre saúde mental dos trabalhadores na pandemia, privilegiam os profissionais de saúde, dando menos atenção a outros grupos ocupacionais, nomeadamente os *first-responders*, que incluem técnicos de emergência e bombeiros, apesar de os polícias estarem já a ser estudados. Contudo, todos os profissionais envolvidos podem ter sentido impacto psicológico (Vujanovic et al., 2021), sendo importante estudar de forma discriminada cada grupo profissional pois a sua saúde mental no trabalho depende da especificidade da atividade laboral. É também importante considerar a limitação do conceito de *first-responder*, pois este pode abranger em cada país diferentes grupos profissionais.

Bibliografia

- Frenkel, M., Giessing, L., Egger-Lampf, S., Hutter, V., Oudejans, R., Klejgrew, L., Jaspert, E. & Plessner, H. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on European police officers: Stress, demands, and coping resources. *Journal of Criminal Justice*, 72, 101756. DOI: 10.1016/j.jcrimjus.2020.101756
- Hendrickson, R., Slewin, R., Hoerster, K., Chang, B., Sano, E., McCall, C., Monty, G., Thomas, R. & Raskind, M. (2022). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health, Occupational Functioning, and Professional Retention Among Health Care Workers and First Responders. *Journal of General Internal Medicine*, 37(2), 397-408. DOI: 10.1007/s11606-021-07252-z.
- Hernández-Corona, E. & Rojas-Solis, J. (2022). Comparación de niveles del síndrome de Burnout y malestar psicológico en policías mexicanos a un año de la pandemia por COVID-19. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 9(3), 1-20.
- Hernández-Corona, E., Rojas-Solis, J., García-Ramírez, B. & Alcázar Olán, R. (2021). Repercusiones de la pandemia de COVID-19 en oficiales de policía mexicanos: Un estudio sobre burnout, satisfacción con la vida y entusiasmo laboral. *Archivos de Criminología, Criminalística y Seguridad Privada*, 9(18), 77-90.
- Li, J., Cheung, C., Sun, I., Cheung, Y. & Zhu, S. (2022). Work-Family Conflicts, Stress, and Turnover Intention Among Hong Kong Police Officers Amid the COVID-19 Pandemic. *Police Quarterly*, 25(3), 281-309. DOI: 10.1177/1098611211034777
- Mohamed, M., Abdin, E., Rasdi, I. & Ismail, Z. (2021). The Impact of COVID-19 Pandemic On Malaysian Police Officers Mental Health: Depression, Anxiety and Stress. *International Journal of Infectious Diseases*, 116 (Supplement), p545-545. DOI: 10.1016/j.ijid.2021.12.108
- Peppou, L., Giannouchos, T., Economou, M. & Paschali, A. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on paramedics' mental health in Greece. *European Psychiatry*, 64 (Supplement S1), S274-S274. DOI: 10.1192/j
- Vujanovic, A., Lebeaut, A. & Leonard, S. (2021). Exploring the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of first responders. *Cognitive Behaviour Therapy*, 50 (4), 320-335. DOI: 10.1080/16506073.2021.1874506
- WHO, World Health Organization (2022). Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact: Scientific brief, 2 March 2022. In https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci-Brief-Mental_health-2022
- Wu, Y., Sun, I., Ivkovich, S., Maskaly, J., Shan, S. & Neyroud, P. (2021). Explaining Stress during the COVID-19 Pandemic among Chinese Police Officers. *Policing: A Journal of Policy & Practice*, 15(4), 2341-2354. DOI: 10.1093/policing/paab053

