

Universidade e sociedade: desafios à política de saúde mental no contexto da pandemia do novo Coronavírus

University and society: challenges for mental health policy in the context of the new Coronavirus pandemic

DOI:10.34119/bjhrv6n6-423

Recebimento dos originais: 13/11/2023

Aceitação para publicação: 15/12/2023

Claudia Holanda Ribeiro

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Endereço: Rua Afonso Pena, Praça 14, 1053, Centro, Manaus - AM

E-mail: claudiaholandarib@gmail.com

Jennifer Freitas Galvão Gonçalves

Graduanda em Medicina

Instituição: Centro Universitário FAMETRO

Endereço: Av. Constantino Nery 3204, Chapada, Manaus - AM

E-mail: jenniferfgalvao@gmail.com

Cristina Lauren Carpinetti

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Endereço: Rua Afonso Pena, Praça 14, 1053, Centro, Manaus - AM

E-mail: crislaurencarpinetti@gmail.com

Cecília Maria Alves de Freitas

Mestra em Sociedade e Cultura na Amazônia

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Endereço: Rua Afonso Pena, Praça 14, 1053, Centro, Manaus - AM

E-mail: cecifreitas@hotmail.com

Jady Maria Lopes Caldas

Graduanda em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Endereço: Rua Afonso Pena, Praça 14, 1053, Centro, Manaus - AM

E-mail: jady12.caldas@gmail.com

Henrique Vieira Pereira

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Endereço: Rua Afonso Pena, Praça 14, 1053, Centro, Manaus - AM

E-mail: pereirah019@gmail.com

Francisco Cruz Gutemberg Filho

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Endereço: Rua Afonso Pena, Praça 14, 1053, Centro, Manaus - AM

E-mail: franguttfilho11@gmail.com

Suame Carvalho de Souza

Graduanda em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

Endereço: Rua Afonso Pena, Praça 14, 1053, Centro, Manaus - AM

E-mail: suamecarvalhodsouza@gmail.com

RESUMO

Em face do contexto pandêmico, considera-se um potencial catalisador quanto a sobrecarga psicológica, considerando a ansiedade, o estresse, a síndrome de Burnout, a depressão, a vivência do luto, além de outros transtornos psicopatológicos abordados neste projeto, os quais acometem os estudantes durante a graduação de medicina. O projeto de extensão desenvolve as temáticas supracitadas, como também elenca sobre a discussão em Política de Saúde Mental no estado do Amazonas, e ainda levanta fatores de risco no contexto universitário, outrossim é uma variável negligenciada, porém de suma importância na educação médica.

Palavras-chave: saúde mental, políticas de saúde, educação médica, projeto de extensão.

ABSTRACT

In view of the pandemic context, it is considered a potential catalyst for psychological overload, considering the anxiety, stress, Burnout syndrome, depression, the experience of mourning, and other psychopathological disorders addressed in this project, which affect students during medical school. The extension project develops the above-mentioned themes, as well as the discussion on Mental Health Policy in the state of Amazonas, and also raises risk factors in the university context, which is a neglected variable, but of utmost importance in medical education.

Keywords: mental health, health policies, medical education, extension project.

1 INTRODUÇÃO

A Saúde Mental é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a sua comunidade. A pandemia de Covid-19 trouxe desafios sem precedentes ao mundo. A perda de milhares de pessoas e os níveis de estresse e ansiedade elevados devido ao isolamento social deixaram marcas na saúde mental da população. Através de um resumo científico em março de 2022 a Organização Mundial de Saúde mostrou que no primeiro ano de pandemia a prevalência global de ansiedade e depressão aumentaram em 25% ¹. Ademais, a Organização Pan-Americana da Saúde (Opas) trouxe na revista *The Lancet Regional Health – Americas* a informação que de quatro em cada 10

brasileiros tiveram problemas de ansiedade por conta da pandemia ². Além da saúde mental da população, em geral, a pandemia de COVID-19 impactou as condições dos profissionais de saúde e dos estudantes de medicina.

Ao observar a base essencialmente prática de aprendizagem do curso de medicina foram necessárias mudanças na rotina e no estilo de vida dos estudantes de forma a evitar a disseminação da doença. Essa rápida modificação, associada às demais questões psicossociais do período, como: estresse decorrente de todas as incertezas relacionadas ao cenário de pandemia, medo pela saúde de familiares e amigos próximos, ratificam a necessidade da avaliação da saúde física e mental dos estudantes do curso de Medicina.

Este trabalho teve como visão os discentes como protagonistas nos debates sobre a saúde pública no Estado do Amazonas a fim de discernir o panorama crítico da saúde mental atual, como também incentivar a prática do autocuidado na educação médica.

2 OBJETIVOS

Proporcionar o debate da saúde mental para acadêmicos dos cursos da área de saúde da Universidade Federal do Amazonas por meio de lives mensais devido ao contexto pandêmico atual, visando as práticas de autocuidado e reflexão sobre o contexto da saúde mental, com foco na realidade amazônica.

3 METODOLOGIA

O projeto de extensão consiste em desenvolver atividades por meio de reuniões remotas para levantamento de fatores produtores de ansiedade e debate em lives quinzenais com mediação de docentes, discentes e psicólogos inseridos no projeto. De maneira que os discentes estiveram envolvidos em todos os processos de elaboração e transmissão de lives para a discussão da política de Saúde Mental no Brasil e no Estado do Amazonas com recortes para: 1) questões de gênero, classe e raça, relações interpessoais, dentre outras; 2) a realidade do (as) discente de Medicina na universidade e em seu contexto familiar, social, acadêmico e os rebatimentos para a sua saúde mental.

4 RESULTADOS/DISCUSSÃO

O projeto em questão, foi desenvolvido na modalidade Programa Institucional de Bolsas de Extensão - PIBEX, objetivou propiciar espaços de discussões, em modo remoto, por meio de reuniões e lives temáticas acerca dos principais desafios que se apresentam à Saúde Mental, no contexto da pandemia do novo coronavírus, especialmente na cidade de Manaus com recorte

para a realidade do discente de Medicina em seu contexto familiar, social, acadêmico e os rebatimentos para a sua saúde mental. Preliminarmente, foram realizadas reuniões com a equipe de técnicos do Núcleo de Apoio Psicossocial e Psicopedagógico da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Amazonas - FM/UFAM, docentes e discentes para a definição das temáticas das lives, bem como para o levantamento dos fatores produtores de ansiedade entre os alunos de Medicina a partir de suas percepções na convivência com os demais acadêmicos e profissionais de saúde, além de suas próprias experiências. Definidas as temáticas, as lives foram organizadas por toda equipe, em escalas, para a produção de materiais digitais, como: cards, panfletos, logotipos e vídeos de cada live e sua transmissão, mediadas por um técnico ou docente e com participação ativa dos discentes. Os discentes participaram de um breve treinamento com um técnico do Centro de Tecnologia da UFAM (CETIC) para conhecimento acerca da criação de Canal em Plataforma Digital (Youtube), criação de lives e maneiras de transmiti-las online, dentre outros. Os discentes criaram o canal “Saúde Mental em Debate”, a página do Projeto no Instagram, e conduziram as lives pelo Google Meet. Foram discutidas as seguintes temáticas: A Política de Saúde Mental em Manaus: Realidades, Desafios e Perspectivas; O Burnout na Medicina: Diálogos sobre Identificação e Enfrentamentos; Saúde Mental na Mente e no Fazer dos Futuros Médicos.

4.1 A POLÍTICA DE SAÚDE MENTAL EM MANAUS: REALIDADES, DESAFIOS E PERSPECTIVAS

O Estado do Amazonas em 1980 ecoou as pautas do Movimento Nacional da Luta Antimanicomial observadas no resto do território nacional. A população manauara questionava a violência institucional e reivindicava a incorporação de práticas de humanização e de democratização da administração do então Hospital Colônia Eduardo Ribeiro³. Posteriormente, a luta teve resultados. Em 2003 foi aprovada a Política Estadual de Saúde Mental no Amazonas através da Resolução CES nº 037. Em 2007 foi sancionada pelo governador Eduardo Braga a Lei Estadual de Saúde Mental nº 3.177. Entretanto, sua implementação não foi possível, entre as inúmeras falhas destacam-se: não foi garantido os direitos das pessoas em sofrimento ou transtorno mental e não foram implantados serviços substitutivos em saúde mental que atendessem a demanda do estado. O Amazonas necessita de mais serviços de assistência integral, é estimado que há 406.689 pessoas portadoras de transtornos mentais graves e leves, 271.126 pessoas que necessitam de tratamento devido a consequências do uso abusivo de álcool e outras drogas e 677.815 pessoas que necessitam de tratamento no campo da saúde mental de acordo com dados da Coordenação Estadual de Saúde Mental (2014) (4).

Em 2022, período pós-pandemia, um estudo realizado pelo Ministério da Saúde através de uma pesquisa da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vitigel) constatou que Manaus é a quarta capital da Região Norte com maior número de adultos que relataram ter diagnóstico de depressão. O percentual de diagnósticos também é maior entre mulheres visto que estas são mais vulneráveis a sofrimentos psíquicos por sobrecarga física e mental.

Além das influências associadas aos papéis culturais de gênero, as mulheres também vivenciam estressores relacionados à pandemia, específicos do funcionamento e dos estágios reprodutivos. As disparidades de gênero podem ser acentuadas, principalmente para mulheres empregadas ou mães solteiras, pois as mulheres são desproporcionalmente responsáveis pela maior parte das tarefas domésticas, incluindo cuidar de crianças e idosos (5).

Esses dados apontam para a necessidade de formulação de políticas públicas intersetoriais voltadas para uma assistência integral, considerando as especificidades regionais para a sua efetivação no Amazonas.

4.2 O BURNOUT NA MEDICINA

Durante a pandemia causada pela COVID-19, foram evidenciados agravos à saúde psíquica de trabalhadores e estudantes da área de saúde. A mistura de fatores de estresse no local de trabalho e medos pessoais durante a pandemia da COVID-19 levam a uma enorme carga psicológica para as equipes de saúde. As quais tornam-se suscetíveis a desenvolver transtornos como depressão, ansiedade, síndrome do pânico e síndrome de Burnout. A última, sinônimo de “esgotamento” no âmbito profissional ou acadêmico é uma condição causada por estresse de longo prazo.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) reconheceu a Síndrome de Burnout como uma doença crônica apenas a partir de 2019. A síndrome é considerada um importante problema de saúde pública, levando a impactos físicos e emocionais significativos (6). Segundo Maslach, o burnout é caracterizado por três componentes principais (7):

- A) Exaustão emocional: refere-se a uma sensação de esgotamento e esgotamento de energia.
- B) Despersonalização: é caracterizada por uma atitude negativa e distanciada em relação a si.
- C) Redução da realização pessoal: refere-se a uma sensação de desempenho de trabalho ineficaz e insatisfatório.

O esgotamento pode afetar seriamente a saúde física, mental e emocional de uma pessoa e levar à diminuição da satisfação no trabalho e à redução da produtividade ⁽⁸⁾.

A síndrome é influenciada por fatores situacionais, como: volume de trabalho, disponibilidade de apoio e o grau de controle sobre o trabalho ⁽⁹⁾. Como também por fatores individuais, como: a estrutura primária da personalidade do indivíduo (idealismo, perfeccionismo, timidez, insegurança, dificuldade para lidar com situações de estresse, experiências prévias, rede de apoio frágil, medo da infecção vista sua rápida disseminação, desconhecimento da doença, incerteza do futuro etc.) ⁽¹⁰⁾.

O contexto da pandemia possui outras características que possivelmente estão associados ao desenvolvimento de síndrome de Burnout, dificuldade de enfrentamento, prestação de serviços em unidades de alto risco e contato com pacientes infectados. Entretanto, estudos identificaram fatores protetores para o desenvolvimento de transtornos psíquicos. São eles: resiliência, confiança nas medidas de proteção, apoio organizacional e realização de treinamentos ⁽¹¹⁾.

Ademais, esse transtorno pode levar a consequências deletérias para profissionais, estudantes e pacientes. Trabalhadores da saúde podem estar mais propensos a erro médico, negligência, rotatividade de equipes, suicídio e uso abusivo de álcool e drogas ⁽¹²⁾. Como também, está relacionado ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, dor musculoesquelética e sintomas depressivos ⁽¹³⁾.

Ainda não existe um consenso sobre quais intervenções seriam mais adequadas para tratar a síndrome de Burnout. Entretanto, a proposta de atividades individuais e coletivas têm sido estudadas, como “mindfulness” e terapias em grupo ⁽¹⁴⁾. Ainda assim, é recomendado mais investigações sobre a prevalência, fatores de risco e fatores protetores para guiar o desenvolvimento de políticas públicas e intervenções eficazes para prevenir, tratar e reabilitar os trabalhadores de saúde.

4.3 DIÁLOGOS SOBRE IDENTIFICAÇÃO E ENFRENTAMENTOS; SAÚDE MENTAL NA MENTE E NO FAZER DOS FUTUROS MÉDICOS

Folkman define estratégias de comunicação ou "coping" como respostas cognitivas em forma de pensamentos ou ações que visam proteger a saúde mental e física dos efeitos danosos causados pelo estresse ⁽¹⁵⁾. Em frente a um episódio estressor o indivíduo passa por um esgotamento de recursos mentais, sociais e físicos que ocasionam sofrimento psíquico. Dessa forma, torna-se necessário a existência de mecanismos que auxiliem na redução dos impactos que agravam o estresse crônico, bem como, a promoção do bem-estar geral ⁽¹⁵⁾. Estudos

posteriores definiram duas modalidades do processo que estão relacionadas aos recursos pessoais dos próprios indivíduos. O coping focado na emoção é quando o sujeito avalia uma situação com base em seu alívio emocional, é quando o indivíduo foca na administração de seu emocional frente ao fator estressante e não em criar mecanismos para ocasionar mudanças ao problema em si. Em contrapartida, o coping centrado no problema está relacionado ao gerenciamento da situação objetiva (16).

Entretanto, a existência de recursos externos é imprescindível principalmente em situações de crises e emergências ao observar que não são todos que possuem repertório de enfrentamento suficiente para lidar com estes contextos. Não obstante, ainda é possível ter suas estratégias de enfrentamento reduzidas em virtude de situações traumáticas. Assim, os recursos externos tornam-se importante suporte psicológico para novas possibilidades de enfrentamentos (17).

No ano de 2020 a Organização Mundial de Saúde (OMS), declarou a COVID-19 como pandemia. Além do claro impacto nos setores da saúde e da economia, a pandemia também teve graves efeitos sociais. As atividades laborais foram prejudicadas e foi necessário tomar medidas de proteção contra a transmissão do vírus como: distanciamento e isolamento social. Tais mudanças geraram alterações da rotina de sono e do nível de concentração nas atividades cotidianas; sentimentos de desesperança; tédio ao longo do dia; procrastinação e solidão; além de raiva e frustração ocasionadas pela perda de autonomia e liberdade pessoal (18).

Os profissionais da área da saúde que continuaram sua atuação profissional no contexto da pandemia do Covid-19 trabalhavam em um ambiente com risco aumentado de contaminação, constante sensação de perda do mundo, presumido pela falta de conhecimento científico acerca da doença e com o frequente luto antecipado. Esses fatores estressores aumentam o sofrimento mental e/ou transtornos mentais relacionados às atividades laborais, resultando na possibilidade de os profissionais desenvolverem transtornos como o Transtorno do Estresse Pós-Traumático, Depressão e Ansiedade (18).

Neste cenário o enfrentamento eficaz é baseado em deixar a pessoa tolerar, minimizar, aceitar ou até mesmo ignorar o que não pode ser controlado visto que a pandemia por COVID-19 transcende as possibilidades de respostas emocionais e/ou comportamentais dos sujeitos. Caso o sujeito não consiga vivenciar a situação exposta com seus próprios atributos psíquicos, é possível utilizar-se de estratégias de enfrentamento extrínsecas, como o exercício de autocuidado e o fomento de um ambiente psicossocial seguro aos trabalhadores, para auxiliar no desenvolvimento de novos recursos emocionais e comportamentais frente ao cenário de elevado nível de estresse e demandas e de muitas incertezas e mortes.

Estima-se que, em torno de, 250 pessoas foram alcançadas pelas mídias digitais ao abordar os referidos temas pelo Projeto. Considerou-se, ao final deste Projeto que o mesmo constituiu-se como uma boa oportunidade para que a equipe ampliasse seus conhecimentos sobre a Política de Saúde Mental em Manaus. Sobretudo, a importância de a Universidade estar presente e contribuir na formação de recursos humanos nesta área bem como as dificuldades vivenciadas pelos discentes no cotidiano de suas vidas e seus desdobramentos para a saúde mental.

5 CONCLUSÃO

A Saúde Mental é a capacidade de manter o bem-estar, desenvolver habilmente suas competências e contribuir de maneira produtiva com a sociedade. Logo, o envolvimento dos discentes como protagonistas nos debates sobre as políticas públicas de saúde mental no estado do Amazonas tem como finalidade: discernir o panorama crítico da saúde mental atual e incentivar a prática do autocuidado na educação médica. O que se pode concluir neste projeto de extensão, após esta breve revisão, é a necessidade de ofertar cuidado em saúde mental para discentes não só do campo médico, mas da área de saúde em geral (19). Assim, iniciativas que visem atividades neste sentido mostram-se relevantes no campo social, científico e acadêmico.

REFERÊNCIAS

1. Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Paho.org. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>>. Acesso em: 8 maio 2023.
2. TAUSCH, Amy; E SOUZA, Renato Oliveira; VICIANA, Carmen Martinez; et al. Strengthening mental health responses to COVID-19 in the Americas: A health policy analysis and recommendations. *The Lancet Regional Health - Americas*, v. 5, p. 100118, 2022. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2667193X21001149?via%3Dihub>>. Acesso em: 8 maio 2023.
3. LOPES, David Neto, et al. Atenção à Saúde Mental no Amazonas, Brasil: um olhar sobre os Centros de Atenção Psicossocial. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental - Vol.1 N.2 - Out/Dez de 2009* ISSN 1984-2147.
4. NAVARRO, Raquel. Universidade Federal do Amazonas Instituto de Pesquisa Leônidas & Maria Deane - Fiocruz Amazônia Programa Multiinstitucional de Pós-graduação em Saúde, Sociedade e Endemias na Amazônia a História da Política de Saúde Mental do Amazonas: A Reforma Psiquiátrica e sua Estruturação. [s.l.: s.n.], 2015.
5. ALMEIDA, Marcela; SHRESTHA, Angela D.; STOJANAC, Danijela; et al. The impact of the COVID-19 pandemic on women's mental health. *Archives of Women's Mental Health*, v. 23, 2020.
6. Gaston-Hawkins, L.A.; Solorio, F.A.; Chao, G.F.; Green, C.R. The Silent Epidemic: Causes and Consequences of Medical Learner Burnout. *Curr. Psychiatry Rep.* 2020, 22, 86.
7. Maslach, C.; Leiter, M.P. Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry* 2016, 15, 103–111.
8. Salvagioni, D.A.J.; Melanda, F.N.; Mesas, A.E.; González, A.D.; Gabani, F.L.; de Andrade, S.M. Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *PLoS ONE* 2017, 12, e0185781
9. Aronsson G, Theorell T, Grape T, Hammarström A, Hogstedt C, Marteinsdottir I, et al. A systematic review including metaanalysis of work environment and burnout symptoms.
10. BMC Public Health. 2017;17(1):264. 8. Chirico F. Job stress models for predicting burnout syndrome: a review. *Ann Ist Super Sanita.* 2016;52(3):443-56.
11. Preti E, Di Mattei V, Perego G, Ferrari F, Mazzetti M, Taranto P, et al. The psychological impact of epidemic and pandemic outbreaks on healthcare workers: rapid review of the evidence. *Curr Psychiatry Rep.* 2020;22(8):43
12. Altannir, Y.; Alnajjar, W.; Ahmad, S.O.; Altannir, M.; Yousuf, F.; Obeidat, A.; Al-Tannir, M. Assessment of burnout in medical undergraduate students in Riyadh, Saudi Arabia. *BMC Med. Educ.* 2019, 19, 34

13. El-Masry, R.; Ghreiz, S.; Helal, R.; Audeh, A.; Shams, T. Perceived stress and burnout among medical students during the clinical period of their education. *Ibnosina J. Med. Biomed. Sci.* 2013, 5, 179–188.
14. Barbosa, M.L.; Ferreira, B.L.R.; Vargas, T.N.; da Silva, G.M.N.; Nardi, A.E.; Machado, S.; Caixeta, L. Burnout prevalence and associated factors among Brazilian medical students. *Clin. Pract. Epidemiol. Ment. Health CP EMH* 2018, 14, 188
15. Folkman, S. (2012). *Stress, Health, and Coping: synthesis, commentary, and future directions* [Estresse, saúde e enfrentamento: síntese, comentários e direções futuras]. Oxford University Press
16. Ramos, F. P., Enumo, S. R. F., & Paula K. M. P. (2015). Teoria Motivacional do Coping: uma proposta desenvolvimentista de análise do enfrentamento do estresse. *Estudos de Psicologia*, 32(2): 269-279
17. Stone, L. (2020). Coping during a pandemic [Lidando com uma pandemia]. *Australian Journal of General Practice*, 49. <https://doi.org/10.31128/AJGPCOVID-19>
18. Ho, C. S., Chee, C. Y., & Ho, R. C. (2020). Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of COVID-19 Beyond Paranoia and Panic [Estratégias de saúde mental para combater o impacto psicológico do COVID-19 além da paranóia e do pânico]. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 49(3), 155–160
19. Teixeira LAC, Costa RA, Mattos RMPR, Pimentel D. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia do coronavírus disease 2019. *J Bras Psiquiatr* 2021;70(1):21-9. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000315>.