

## Salud mental y estrés ocupacional en trabajadores de la salud a la primera línea de la pandemia de COVID-19

Mental health and occupational stress in health workers at the front line of the COVID-19 pandemic

Saúde mental e stress ocupacional nos profissionais de saúde na linha da frente da pandemia da COVID-19

Márcia Astrês Fernandes<sup>1</sup> Amanda Alves de Alencar Ribeiro<sup>2</sup>

### Histórico

*Estimada editora,*

### Recibido:

23 de abril 2020

### Aceptado:

27 de abril de 2020

<sup>1</sup> Universidad Federal de Piauí.  
Departamento de Enfermería  
y Programa de Posgrado en  
Enfermería. Teresina, Piauí, Brasil.  
Email: [m.astres@ufpi.edu.br](mailto:m.astres@ufpi.edu.br)  
ORCID:  
<http://orcid.org/0000-0001-9781-0752>

<sup>2</sup> Universidad Federal del Piauí.  
Departamento de Enfermería.  
Teresina, Piauí, Brasil. Email:  
[alves.ar@live.com](mailto:alves.ar@live.com) ORCID:  
<https://orcid.org/0000-0002-5729-6063>

Desde la instalación de la pandemia Covid-19, han aumentado los informes de enfermedades mentales entre los profesionales de la salud, relacionadas con varios factores, que incluyen: condiciones laborales inadecuadas, carga de trabajo excesiva, bajos salarios, cantidad reducida de equipo de protección personal (EPP), falta de calificaciones específicas para actuar ante la pandemia, sentimientos de miedo, angustia e impotencia, entre otros.

Entre todas las categorías profesionales actuantes en la lucha contra la pandemia de Covid-19, los trabajadores de la salud constituyen el grupo más vulnerable, especialmente aquellos que están a la primera línea de la asistencia, ya que están más expuestos a las altas demandas y exigencias de trabajo específicas. Factores que conducen a la intensificación y multiplicidad de tareas, además de la exposición continua a entornos con altos niveles de estresores, que comprometen la salud mental y provocan agotamiento físico y emocional.

Cabe destacar que la salud del trabajador está ganando cada vez más protagonismo en el escenario mundial y puede definirse como una suma de diversas actividades que tienen como objetivo, a través de acciones de vigilancia de carácter epidemiológico y sanitario, la promoción, protección, recuperación y rehabilitación de la salud de quienes trabajan y están sujetos a riesgos y lesiones resultantes de las condiciones ocupacionales<sup>1</sup>.

En este sentido, la asociación entre los estresores ocupacionales y el desequilibrio físico y mental de los trabajadores de la salud se permea como un tema de amplio interés para ser estudiado, dada la preocupante situación en los escenarios actuales impuestos por la pandemia por el nuevo coronavirus, en los que los grados de las competencias y responsabilidades impuestas en el desempeño de las actividades laborales crecen exponencialmente, particularmente para aquellos profesionales que se ocupan diariamente de la contención de los daños y agravios a la salud de la población.

Confirmando la complejidad de los panoramas de salud pública actuales causados por COVID-19, estudios recientes muestran el impacto de estas nuevas demandas de atención en la disposición física y mental de esos trabajadores, especialmente aquellos que trabajan en atención directa: médicos y enfermeros. Las quejas de síntomas relacionados con angustia, insomnio, depresión y ansiedad han sido frecuentes entre las categorías mencionadas<sup>2</sup>. Además, hay un impacto negativo en el trabajo, como la reducción de la satisfacción y la productividad. Por lo tanto, cuidar de la salud mental y evitar los efectos nocivos del estrés ocupacional relacionados con la pandemia de COVID-19 en los trabajadores de la salud es una necesidad urgente.

Aunque la mayoría de las funciones de cuidados de la salud se entrelazan con la atención física del paciente, las demandas que se imponen a los trabajadores de la salud no se limitan únicamente a los aspectos biológicos. La alteración psicosocial en la población resultante de la pandemia actual requiere nuevas pautas de atención para estos profesionales en el tratamiento de la enfermedad, en los niveles de atención más complejos y también en la atención primaria, con el objetivo de aclarar y controlar las preocupaciones e incertidumbres de la población<sup>3</sup>.

Estudios recientes, basados en informes médicos, han resaltado los principales factores relacionados con el agravamiento del estrés ocupacional y la sobrecarga mental: agotamiento físico y mental, complejidad en la toma de decisiones difíciles en la detección de pacientes sospechosos, sufrimiento debido a la pérdida de pacientes y compañeros de trabajo, y el riesgo diario de infección con el nuevo coronavirus<sup>4</sup>.

En una investigación realizada sobre la salud mental de estos trabajadores, se evaluó la carga de trabajo teniendo en cuenta las diferentes dimensiones que lo componen: física, psicológica, cognitiva y moral. En esta perspectiva, se hizo hincapié en los problemas de salud mental, causados por la sobrecarga de una o más de estas dimensiones en situaciones extremas: por ejemplo, el estrés psicológico y moral de los trabajadores de la salud frente a las decisiones sobre la demanda frente a la disponibilidad de camas hospitalarias en las Unidades de Cuidados Intensivos (UCI), considerando los contextos de la pandemia actual<sup>5</sup>.

Además, las condiciones poco saludables a las que están expuestos los trabajadores son parte de la rutina agotadora que estos profesionales vivencian diariamente. Investigaciones recientes ya han centrado sus estudios en el aumento alarmante de las tasas de lesiones por presión (LPP) resultantes del uso continuo de equipos de protección personal (EPP) por parte de los trabajadores de la salud<sup>6</sup>.

En esta perspectiva, el análisis de la carga de salud mental y el estrés laboral de los trabajadores de la salud en los contextos actuales de pandemia por COVID-19 es fundamental para delimitar el alcance de los impactos a los que están sometidos estos profesionales y dirigir la promoción del bienestar entre ellos, para que las condiciones físicas y psicológicas de los trabajadores se coloquen en una escala que también sea una prioridad para la efectividad de la cadena de asistencia de servicios de salud pública<sup>7</sup>. Desde esta perspectiva, COVID-19 defiende la necesidad imperiosa de investigar la carga mental y la aparición de estrés laboral en los trabajadores de la salud en tiempos de pandemia, a fin de guiar la implementación de acciones de atención para esta clase trabajadora.

Finalmente, se espera que este breve ensayo instigue a la reflexión de la comunidad científica y sensibilice a los gerentes para que adopten medidas que se centren en la identificación temprana y la prevención de agravios para promover la salud física y mental de estos trabajadores, también con el objetivo de reflexiones sobre la efectiva provisión segura de atención y de calidad a clientes/pacientes.

**Conflicto de intereses:** Los autores declaran que no hay conflicto de intereses.

## REFERENCIAS

1. **Moraes Filho, IM de; Almeida, RJ.** Occupational stress at work in nursing in Brazil: an integrative review. *Rev. Bras. Promoç. Saúde.* 2016; 29(3):447-54. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/327968756\\_occupational\\_stress\\_at\\_work\\_in\\_nursing\\_in\\_brazil\\_an\\_integrative\\_review](https://www.researchgate.net/publication/327968756_occupational_stress_at_work_in_nursing_in_brazil_an_integrative_review)
2. **Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, et al.** Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open.* 2020; 3(3): e203976. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
3. **Brasil. Ministério da Saúde.** Fundação Oswaldo Cruz. Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia Covid-19: recomendações para gestores / Mental health and psychosocial care in the Covid-19 pandemic: recommendations for managers. s.l; s.n; [2020]. Disponible en: <https://portal.fiocruz.br/documento/saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19-recomendacoes-para-gestores>
4. **Dany L.** COVID-19: protecting health-care workers. 2020; *Lancet.* 395(e10228) [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30644-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30644-9)
5. **Rego S, Palacios M.** Saúde mental dos trabalhadores de saúde em tempos de coronavírus. *Informe ENSP.* 2020. Disponible en: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/40659>
6. **Ramalho AO; Freitas PSS; Nogueira PC.** Lesão por pressão relacionada a dispositivo médico nos profissionais de saúde em época de pandemia. *ESTIMA, Braz. J. Enterostomal Ther.* 18: e0120; 2020. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/340287931\\_Lesao\\_por\\_pressao\\_relacionada\\_a\\_dispositivo\\_medico\\_nos\\_profissionais\\_de\\_saude\\_em\\_epoca\\_de\\_pandemia](https://www.researchgate.net/publication/340287931_Lesao_por_pressao_relacionada_a_dispositivo_medico_nos_profissionais_de_saude_em_epoca_de_pandemia)