

Miedo experimentado por profesionales de salud en la pandemia por COVID-19 e implicaciones para la salud mental

Fear experienced by health professionals in the COVID-19 pandemic and implications for mental health

Agostinho Antônio Cruz Araújo^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-0996-0385>

Márcia Astrês Fernandes¹ <https://orcid.org/0000-0001-9781-0752>

Luis Ángel Aliaga Pérez² <https://orcid.org/0000-0002-9796-4767>

Sandra Cristina Pillon³ <https://orcid.org/0000-0001-8902-7549>

¹ Universidad Federal de Piauí, Departamento de Enfermería, Teresina, Piauí, Brasil.

² Universidad Arturo Prat, Departamento de Enfermería, Victoria, Araucanía, Chile.

³ Universidad de São Paulo, Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil.

* Autor para la correspondencia: agostinhocruz@outlook.com.br

RESUMEN

Introducción: Los profesionales de salud en sus actividades diarias experimentan situaciones estresantes, que desencadenan miedo, ansiedad y cansancio mental ante las incertidumbres causadas por COVID-19, problemas que afectan negativamente su vida profesional e interpersonal.

Objetivo: Reflexionar sobre el miedo manifestado por los trabajadores de la salud en la pandemia de COVID-19 y las implicaciones para la salud mental.

Métodos: Este es un estudio teórico reflexivo basado en la evidencia científica nacional y internacional publicada desde 2019, basado en la notificación del primer caso de infección por el nuevo coronavirus. La búsqueda fue posible a través de los descriptores: “*Health Personnel*”, “*Coronavirus Infections*” y “*Fear*”.

Resultados: El miedo se manifiesta ante situaciones de dudas e incertidumbres sobre el virus, sumado a las preocupaciones relacionadas con los miembros de la familia y los compañeros de trabajo. En relación con la institución laboral, la falta de insumos y las condiciones laborales inadecuadas corroboran la inseguridad del profesional de la salud. Además, también incluye la crisis económica que los profesionales pueden estar experimentando y las incertidumbres sobre el futuro. Luego, las medidas de intervención para mitigar las implicaciones psicológicas para la salud mental del trabajador se vuelven relevantes, con el objetivo de mejorar el ambiente de trabajo y la educación.

Conclusión: El miedo manifestado en los trabajadores proviene de incertidumbre y la falta de conocimiento sobre el virus, el miedo a contraer o transmitir a los

miembros de la familia y las condiciones de trabajo inadecuadas, generan estrés, ansiedad, inseguridad y agotamiento psicoemocional.

Palabras clave: Miedo; Personal sanitario; Infecciones por coronavirus; Salud mental.

ABSTRACT

Introduction: Health professionals in their daily activities experience stressful situations, which trigger fear, anxiety and mental fatigue due to the uncertainties caused by COVID-19, problems that negatively affect their professional and interpersonal lives.

Objective: To reflect on the fear manifested by health workers in the COVID-19 pandemic and the implications for mental health.

Methods: This is a reflective theoretical study based on national and international scientific evidence published since 2019, based on the notification of the first case of infection by the new coronavirus. The search was possible through the descriptors: "Health Personnel", "Coronavirus Infections" and "Fear".

Results: Fear is manifested in the face of doubts and uncertainties about the virus, in addition to the concerns related to family members and co-workers. In relation to the work institution, lack of inputs and inadequate working conditions corroborate the insecurity of the health professional. In addition, it also includes the economic crisis that professionals may be experiencing and uncertainties about the future. Therefore, intervention measures to mitigate the psychological implications for the worker's mental health become relevant, being aimed at improving the work environment and education.

Conclusions: The fear manifested in the workers comes from uncertainty and the lack of knowledge about the virus, the fear of contracting or transmitting it to family members and the inadequate working conditions, generate stress, anxiety, insecurity and psycho-emotional exhaustion.

Keywords: Fear; Health Personnel; Coronavirus Infections; Mental Health.

Recibido: 24/07/2020

Aceptado: 03/08/2020

INTRODUCCIÓN

En diciembre de 2019, en la provincia de Hubei, Wuhan, China, se identificó el primer caso de infección por el nuevo coronavirus (SARS-CoV-2). Poco después, en 2020, la propagación de la COVID-19 rompió los límites geográficos del país, y se extendió rápidamente a otros continentes, convirtiéndose en una pandemia el 11 de marzo de ese año.⁽¹⁾

La Organización Mundial de la Salud destacó la importancia del desempeño de los profesionales de la salud en la lucha contra la COVID-19. Sin embargo, estos

trabajadores están en la vanguardia de la atención de salud. Muchos están infectados en su entorno de trabajo, y desconocen el diagnóstico real del paciente, agravado por el subregistro de casos. Aliado a esto, algunos trabajadores de la salud experimentan estigma y violencia social porque están trabajando con pacientes infectados con el nuevo coronavirus.⁽²⁾

Durante el desempeño de sus actividades, estos profesionales experimentan situaciones de estrés, ansiedad y cansancio mental ante la información errónea sobre la COVID-19. Otros factores institucionales incrementan los factores estresantes para el trabajador de la salud, como largas horas de trabajo, sobrecarga, remuneración insuficiente y falta de insumos.⁽²⁻³⁾ Por lo tanto, es importante reflexionar sobre el síndrome de *Burnout*, descrito en una encuesta de trabajadores de la salud en el área de emergencia, en Turquía.⁽⁴⁾

Por estas razones, el miedo se manifiesta, una característica importante que afecta negativamente la vida profesional e interpersonal del trabajador de la salud.⁽²⁻³⁾ Por ejemplo, sin tener un diagnóstico, el profesional puede distanciarse de su familia y colegas y, los cambios en su rutina ocurren con la manifestación de niveles más altos de estrés y ansiedad, debido a la falta de red de apoyo.⁽⁵⁾

Por lo tanto, es necesario comprender cómo y en qué situaciones se manifiesta el miedo por los profesionales de la salud, para identificar formas que puedan minimizar los factores, y resguardar la calidad de su atención. Por todo esto, el presente estudio tiene como objetivo reflexionar sobre el miedo manifestado por los trabajadores de la salud en la pandemia de COVID-19 y las implicaciones para la salud mental.

MÉTODOS

Este es un estudio teórico reflexivo basado en evidencia científica. Con este fin, se realizó una búsqueda de estudios realizada entre junio y julio de 2020, centrándose en publicaciones científicas que aborden el tema.

Se utilizaron descriptores controlados: “*Health Personnel*”, “*Coronavirus Infections*” y “*Fear*”, intercalando con el término booleano “AND”. Cabe mencionar que los descriptores están registrados en Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y *Medical Subject Headings* (MeSH), con una adaptación semántica realizada en las siguientes bases de datos: Literatura Latinoamericana y Caribeña en Ciencias de la Salud (LILACS), Índice Bibliográfico Español en Ciencias de la Salud (IBECS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) via PubMed y *Web of Science*. El plazo fue definido por el primer caso de coronavirus notificado, en diciembre de 2019 en la provincia de Wuhan, China, hasta la data del término de la recogida de datos.⁽¹⁾

Primero, los descriptores se aplicaron a las bases de datos. Después, se aplicó el marco temporal y, con los estudios encontrados, se realizó una lectura de los títulos y, al final, se sometieron a análisis de sus resúmenes. Se analizaron las

investigaciones seleccionadas y sus datos se extrajeron de acuerdo con la reflexión presentada en el presente estudio.

No hubo necesidad de evaluación por parte del comité de ética, ya que los datos analizados están disponibles en la literatura nacional e internacional.

DESARROLLO

Miedo frente a la enfermedad COVID-19

El miedo es evidente en situaciones marcadas por la incertidumbre, como en la pandemia. En vista de esta situación, algunos factores agravantes, como el aumento en el número de infectados y muertos diariamente, así como la necesidad de realizar medidas de aislamiento social, la falta de tratamiento efectivo y vacunas, hacen que las personas estén cada vez más angustiadas, inseguras y, por esta razón, propensas al sufrimiento psicológico.

La pandemia, a lo largo del tiempo, provoca una saturación de los sistemas de salud, dado un aumento en el número de servicios, lo que requiere una mayor demanda de insumos y profesionales especializados, sin embargo, existe la posibilidad de que haya un destino para las personas que no son diagnosticadas para este propósito específico y, por lo tanto, faltan para las personas que realmente necesitan esta atención.⁽⁶⁾

La falta de conocimiento sobre COVID-19, especialmente con respecto a su forma de transmisión, se configura como uno de los principales factores que despiertan el miedo en el trabajo de salud.⁽⁷⁻⁸⁾ Un estudio realizado en China, en el que participaron enfermeras que brindaron asistencia a pacientes infectados con el coronavirus, mostró que había una mayor manifestación de miedo y preocupación, por la situación en los profesionales que vivían con ancianos o niños.⁽⁸⁾ Esto generó ansiedad, depresión, insomnio y culpa en los trabajadores, además de hacerlos vulnerables al trauma psicológico.⁽⁹⁾ Estas condiciones también se observaron en otros profesionales como los médicos,⁽¹⁰⁾ dentistas e higienistas dentales,⁽¹¹⁾ en China e Israel. Esto se justifica por el mayor riesgo de desarrollar afecciones más graves de la enfermedad, que incluso pueden provocar la muerte del individuo. Por lo tanto, las actividades de asistencia de los profesionales de la salud se ven comprometidas, ya que, durante su desempeño, los profesionales expresan preocupaciones sobre el estado de salud del paciente, aún es importante reflexionar sobre tener o no un diagnóstico positivo de COVID-19. Además, surgen pensamientos sobre sus compañeros de trabajo y familiares, en el sentido de que el trabajador juzga su postura, considerando la posibilidad de identificarse a sí mismo como un vector que contribuirá a la transmisión del virus, llevándolos a estados de tensión y preocupaciones excesivas.

En este sentido, un estudio realizado utilizando un cuestionario en línea en 30 países, mostró que los profesionales de la salud bucal que tienen una oficina consideran terminar sus actividades durante la pandemia debido al temor de ser infectados por el virus y diseminarlo a otras personas. Esta situación se ve

agravada aún más por el medio de transmisión COVID-19, administrado por gotitas y aerosoles, manejado directamente por estos profesionales.⁽¹²⁾

Por otro lado, la crisis económica causada por la pandemia de COVID-19 también puede afectar a los profesionales de la salud, como ha sucedido con los dentistas.⁽¹²⁾ Por lo tanto, se hace hincapié en la relación de las tasas más altas de trastornos mentales en personas con fragilidad socioeconómica,⁽⁶⁾ que, desde esta perspectiva, afectan la salud de los trabajadores, especialmente en su aspecto psicoemocional, lo que lleva a la tristeza, baja autoestima, sentimientos de impotencia, entre otros.

Por lo tanto, se enfatiza que es necesario reflexionar sobre los profesionales de la salud que no están llevando a cabo sus actividades porque están contaminados por COVID-19, debido a una elección personal, o porque están lejos porque tienen alguna comorbilidad, ya que, en algún momento, deben regresar a sus actividades y el miedo se muestra como una manifestación negativa que obstaculizará dicha acción. Por lo tanto, es necesario implementar intervenciones que promuevan el bienestar mental y que minimicen las implicaciones para la salud mental de los trabajadores.

Intervenciones para controlar el miedo y sus implicaciones para la salud mental

En vista de la necesidad de intervenciones en el manejo del miedo en los profesionales de la salud que están a la vanguardia de la atención en la lucha contra COVID-19, es esencial desarrollar estrategias que ayuden al trabajador durante su atención a los pacientes infectados, así como el apoyo psicológico, si está infectado en su entorno de trabajo y el regreso de sus actividades.

En esta perspectiva, un estudio de revisión de literatura señaló que si las intervenciones no se realizan de manera oportuna que promuevan el bienestar mental, y que las particularidades del profesional sean adecuadas, habrá consecuencias psicológicas a largo plazo.⁽¹³⁾ Por lo tanto, las intervenciones deben realizarse temprano y dirigirse a las particularidades de cada situación, ya que permiten resultados positivos para la capacidad del profesional de la salud para hacer frente a situaciones de pandemia.^(8,10,14)

Es de destacar que, en principio, es necesario que el profesional de la salud tenga seguridad en su entorno de trabajo para que, de este modo, pueda realizar todos los cuidados fundamentales para el paciente. Para esto, se necesita información suficiente, como equipo de protección personal (EPP) y materiales asépticos, además de contar con lugares adecuados para descansar. También es digno de mencionar que un ambiente de trabajo amigable, con relaciones interpersonales saludables, que facilite los procesos de comunicación que contribuyan a hacer frente a las implicaciones causadas por la salud mental causada por COVID-19, considerando que la comunicación se configura como una herramienta en la expresión de dificultades identificadas por el trabajador, así como una forma para

que los trabajadores compartan sus experiencias en la lucha contra esta enfermedad.

Un estudio realizado en cinco hospitales para el tratamiento de personas con COVID-19 en Hubei, China, en 2020, problematizó esta situación. Durante la entrevista con enfermeras y médicos que brindaron asistencia a pacientes ya diagnosticados, algunos de estos profesionales mencionaron horas de trabajo agotadoras y sobrecargadas y, principalmente, la falta de insumos y cómo comprometieron la calidad de su atención.⁽⁷⁾

Otro tema importante se refiere a las redes sociales que surgieron como una forma de facilitar la comunicación. Sin embargo, entre el intercambio rápido de noticias, hay información que no tiene credibilidad, aunque pueden alentar a la población, incluidos los trabajadores de la salud, posturas inapropiadas que pueden contribuir al contagio del coronavirus, así como también pueden dañar su salud, como el uso de sustancias psicoactivas que, de acuerdo con la difusión de información engañosa, sin base científica, servirían como tratamiento o cura para la enfermedad.

Se destaca la importancia de transmitir información confiable a través de los medios oficiales, a pesar de que es posible aclarar dudas instigadas por noticias falsas. Por lo tanto, las instituciones educativas pueden contribuir al desarrollo de contenido y, a través de canales de comunicación, difundir dicha información para minimizar el temor de la población a COVID-19.⁽¹⁴⁾ Además, alentar a los gerentes y funcionarios del gobierno a adoptar intervenciones que contribuyan positivamente a la prevención del impacto psicológico en la salud de los trabajadores, independientemente de la categoría profesional.

Durante el período de la pandemia de COVID-19, existen situaciones de incertidumbre e ignorancia sobre el virus, miedo a convertirse en un vector de transmisión a familiares y compañeros de trabajo, impacto económico, falta de insumos y condiciones de trabajo inadecuadas que provocan temor en trabajadores de la salud que están a la vanguardia en la lucha contra esta enfermedad, lo que genera estrés, ansiedad, inseguridad, incertidumbre sobre el futuro y genera desgaste en la salud psicoemocional del trabajador. Por lo tanto, debe considerarse la necesidad de intervenciones dirigidas a las individualidades de los profesionales de la salud, con el fin de promover el bienestar mental, evitando y / o minimizando los impactos psicológicos que están experimentando.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. World Health Organization; Updated June 2020. Rolling updates on coronavirus disease (COVID-19). Geneva: World Health Organization; 2020 [access: 16/07/2020]. Disponibles en: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/events-as-they-happen>

2. World Health Organization. WHO calls for healthy, safe and decent working conditions for all health workers, amidst COVID-19 pandemic. Geneva: World Health Organization; 2020 [access: 20/07/2020]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/detail/28-04-2020-who-calls-for-healthy-safe-and-decent-working-conditions-for-all-health-workers-amidst-covid-19-pandemic>
3. Ornell F, Halpern SC, Kessler FHP, Narvaez JCM. The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals Cad Saude Publica. 2020 [access: 20/07/2020];36(4):e00063520. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00063520>
4. Sahin T, Aslaner H, Eker OO, Gokcek MB, Dogan. Effect of COVID-19 pandemic on anxiety and burnout levels in emergency healthcare workers: a questionnaire study. 2020 [access: 20/07/2020]; [Epub ahead of print]. Available from: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-32073/v1>
5. Ornell F, Schuch JB, Sordi AO, Kessler FHP. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. Braz J Psychiatry. 2020 [access: 25/06/2020];42(3):232-5. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>
6. Chacón-Fuertes F, Fernández-Hermida JR, García-Vera MP. La Psicología ante la Pandemia de la COVID-19 en España. La Respuesta de la Organización Colegial. Clin Salud. 2020 [access: 22/07/2020];31(2):119-23. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5093/clysa2020a18>
7. Lui Q, Luo D, Haaese JE, Guo Q, Wang XQ, Liu S et al. The experiences of health-care providers during the COVID-19 crisis in China: a qualitative study. Lancet Glob Health. 2020 [access: 22/07/2020];8:790-98. Disponible en: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30204-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30204-7)
8. Sun N, Wei L, Shi S, Jiao D, Song R, Wang H et al. A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients. Am J Infect Control. 2020 [access: 22/07/2020];(48):592-98. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2020.03.018>
9. Blake, H.; Bermingham, F.; Johnson, G.; Tabner, A. Mitigating the Psychological Impact of COVID-19 on Healthcare Workers: A Digital Learning Package. Int J Environ Res Public Health. 2020 [access: 22/07/2020];17(9):2997. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph17092997>
10. Lu W, Wang H, Lin Y, Li L. Psychological status of medical workforce during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. Psychiatry Res. 2020 [access: 22/07/2020];288:112936. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112936>
11. Shacham M, Hamama-Raz Y, Kolerman R, Mijirotsky O, Bem-Ezra M, Mijiristky E. COVID-19 factors and psychological factors associated with elevated psychological distress among dentists and dental hygienists in Israel. Int J Environ Res Public Health. 2020 [access: 22/07/2020];17(8):2900. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph17082900>

12. Ahmed MA, Jouhar R, Ahmed N, Adnan S, Aftab M, Zafar MS et al. Fear and practice modifications among dentists to combat Novel Coronavirus Disease (COVID-19) outbreak. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 [access: 22/07/2020];17(8):2821. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph17082821>
13. El-Hage W, Hingray C, Lemogne C, Yrondi A, Brunault P, Bienvenu T, et al. Les professionnels de santé face à la pandémie de la maladie à coronavirus (COVID-19): quels risques pour leur santé mentale? *Encephale*. 2020 [access: 30/06/2020];46(3):S73-S80. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.04.008>
14. Saidel MGB, Lima MHM, Campos CJG, Loyola CMD, Esperidião E, Rodrigues J. Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. *Rev Enferm UERJ*. 2020 [access: 21/07/2020];28:e4992. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2020.49923>

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Agostinho Antônio Cruz Araújo: Realizó el diseño de lo estudio, realizó la encuesta de datos y el análisis crítico, redacción del manuscrito y aprobación de la versión final

Márcia Astrês Fernandes: Realizó la concepción y el diseño de lo estudio, realizó la encuesta de datos y el análisis crítico, redacción del manuscrito y aprobación de la versión final.

Luis Ángel Aliaga Pérez: Realizó la encuesta de datos y el análisis crítico, redacción del manuscrito y aprobación de la versión final

Sandra Cristina Pillon: Realizó la encuesta de datos y el análisis crítico, redacción del manuscrito y aprobación de la versión final