

PROFISSIONAIS DE SAÚDE, COVID-19 E ANSIEDADE: CONTRIBUIÇÕES DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO

LUIZA TEIXEIRA NATALE¹; LUCAS GONÇALVES DE OLIVEIRA²;
JANDILSON AVELINO DA SILVA³

¹*Universidade Federal de Pelotas – luizanatale@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – lucasgoncoliveira@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – jandilsonsilva@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A ansiedade é um mecanismo importante para a sobrevivência do ser humano à medida que o prepara para enfrentar situações de ameaça à vida (CHRISTOPHER, apud HESSEL et al., 2012). Entretanto, a manifestação de classes de comportamentos denominados “ansiosos” em magnitude exacerbada pode trazer uma série de prejuízos para a qualidade de vida dos indivíduos, levando em consideração que esse tipo de classe de comportamento costuma ser emitido frente a estímulos aversivos. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2017), é estimado que ao redor do mundo 264 milhões de indivíduos possuam transtornos de ansiedade. Houve um aumento em 2015 de 14,9% em relação a 2005. No Brasil, estima-se que, aproximadamente, 18,7 milhões de indivíduos tenham algum transtorno de ansiedade. Esse número representa 9,3% da população, que é o maior percentual de casos em relação à população entre todos os países (IBIDEM, 2017).

Os desafios apresentados aos profissionais de saúde, frente ao enfrentamento da pandemia de COVID-19, podem ocasionar o desenvolvimento ou aumento de comportamentos que podem ser topograficamente definidos como pertencentes a uma classe de respostas ansiosas, depressivas ou de estresse (BAO, et al., 2020), principalmente para os profissionais que estão trabalhando na “linha de frente”, isto é, aqueles que estão trabalhando diretamente com os indivíduos infectados por COVID-19. Estes profissionais, em geral, são incentivados a não se relacionar de modo próximo a outras pessoas devido às circunstâncias. Isto pode aumentar a percepção de isolamento. As constantes modificações nos protocolos de atendimento, de acordo com os novos conhecimentos sobre o vírus, em conjunto com o tempo despendido para colocar e retirar equipamentos de proteção individual, podem aumentar a percepção de cansaço e estresse (ZHANG et al, apud SCHMIDT et al., 2020).

Portanto, os profissionais de saúde precisam de atenção para manter a saúde psicológica durante a pandemia, já que tendem a experenciar grande sobrecarga e fadiga, além de estarem expostos a mortes em grande escala, risco de infecção e outros fatores (ORNELL et al., 2020). Dessa forma, o objetivo principal deste estudo é apresentar como a análise do comportamento (AC) pode auxiliar na discussão e compreensão das contingências vivenciadas por profissionais da saúde que envolvem estímulos relacionados a classes comportamentais “ansiosas” operantes e respondentes no contexto da pandemia do novo coronavírus.

2. METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão narrativa interpretativa da literatura que usou bibliografia específica da área analítico comportamental por meio das

bases de dados Scielo, ResearchGate e Pepsic para compreender a relação entre o conceito de ansiedade e o impacto dos eventos ligados ao Covid-19.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Não se encontrou uma definição precisa de como a literatura analítico-comportamental comprehende o comportamento ansioso. Entretanto, justifica-se isso por conta das diferentes relações que envolvem esse fenômeno complexo. É importante destacar que essas definições apontam aspectos em comum, como a presença de contingências aversivas na instalação e manutenção da ansiedade, com a sinalização de estímulos discriminativos ligados a consequências aversivas que eliciam respostas fisiológicas relacionadas à ansiedade (COÊLHO; TOURINHO, 2008).

Os diferentes usos do conceito "ansiedade" envolvem comportamentos fisiológicos, condicionamento operante, direto e indireto, não verbal e verbal, e relações com operações estabelecedoras. Os textos analisados tratam a "ansiedade" nos seguintes aspectos: relações comportamentais envolvidas, as contingências que envolvem essas relações, condições corporais, as funções dessas condições corporais nas relações comportamentais, o modo como os estímulos verbais atuam nessas relações, os ambientes sociais que promovem a instalação e a manutenção da ansiedade, entre outros (COÊLHO; TOURINHO, 2008). Dessa forma, os diferentes conceitos são recortes diferenciados do mesmo fenômeno. Entretanto, os conceitos de "ansiedade" não são considerados necessariamente incompatíveis. A compreensão deve variar em um continuum da sua complexidade, o que envolve as relações desenvolvidas nos níveis filogenético, ontogenético e cultural (*IBIDEM*, 2008).

Atualmente, a pandemia do Covid-19 mostrou-se como um estímulo aversivo intenso e eliciador de respondentes ansiosos para grande parte da população. Os profissionais de saúde, são essenciais para diluir o impacto do novo coronavírus, já que trabalham rotineiramente com pessoas infectadas ou suspeitas de infecção. Nesse contexto, a saúde física e o combate ao vírus são o foco de intervenção e cuidado. A saúde psicológica, geralmente, fica em segundo plano. Isto pode ter grandes implicações para indivíduos que estão imersos a contingências aversivas relacionadas à pandemia e ao isolamento social. Dificuldades emocionais e financeiras e falta de apoio social e/ou profissional podem amplificar essas implicações. Portanto, as implicações psicológicas relacionadas à pandemia, no nível individual e coletivo, tendem a ser subestimadas e negligenciadas, o que afeta as estratégias de enfrentamento e impulsiona a carga de doenças associadas (ORNELL et al., 2020).

Ao considerar as intensas e repentinhas mudanças no cotidiano relacionadas à pandemia e ao isolamento social, os efeitos e preocupações advindas deste contexto e a falta de atenção às implicações psicológicas, fatores prejudiciais de longo prazo no enfrentamento dos prejuízos sociais ocasionados pela pandemia poderão surgir. Além disso, é importante notar que o número de pessoas com a sua saúde psicológica afetada pode ser maior do que o número de pessoas que são afetadas pela infecção. As implicações psicológicas podem ser mais duradouras e prevalentes do que o próprio COVID-19, já que há grandes impactos psicossociais e econômicos nos diversos setores da sociedade (ORNELL et al., 2020).

A AC ao debruçar-se sob as interações que ocorrem entre organismo e ambiente através da análise funcional das contingências traz possibilidades para auxiliar na compreensão da repercussão da relação entre trabalho e ansiedade na vida dos profissionais de saúde de diferentes formas, relacionadas aos três níveis de seleção de seus comportamentos.

Ao considerar a tríplice contingência – relação entre estímulos e respostas, em que o estímulo consequente a uma classe de respostas modifica a chance de emissão dessa classe de respostas em contexto similar frente a estímulos semelhantes – pode-se compreender o comportamento do profissional da saúde frente aos estímulos presentes e consequências que alteram a probabilidade da ocorrência desse comportamento. Conforme apresentado anteriormente, os estímulos discriminativos para o comportamento ansioso dos profissionais de saúde no trabalho de combate ao Covid-19 são a alta carga de trabalho, exposição à morte frequentemente, maior risco de infecção e os procedimentos de utilização de equipamentos de proteção. Enquanto os estímulos consequentes possivelmente estão relacionados a problemas na qualidade do sono, prejuízo na execução do seu trabalho e dificuldades para se relacionar com as outras pessoas. É importante sempre considerar nas análises os níveis de seleção filogenético e cultural, assim como a história de vida dos sujeitos (visto que os três estão entrelaçados e influenciando na relação com o ambiente) para possibilitar a compreensão das classes comportamentais “ansiosas” e as possibilidades de modificação das contingências para melhoria da rotina e da qualidade de vida desses profissionais.

4. CONCLUSÕES

Considerando a exposição ao vírus, a carga de trabalho exigida para enfrentar a presente pandemia e os demais aspectos, mostra-se necessário e urgente promover ações voltadas a auxiliar esses profissionais a lidar de forma mais adequada com a situação, promovendo o seu bem estar. O presente trabalho, ao utilizar do conhecimento e das técnicas advindas da AC para compreender e lidar com comportamentos ansiosos por parte dos profissionais de saúde no contexto de pandemia, promove mecanismos para auxiliar na melhoria da qualidade de vida desses trabalhadores. Assim, ao realizar a análise funcional e auxiliar os trabalhadores a compreenderem as contingências a que estão imersos, acaba-se por ampliar o repertório comportamental para melhoria da rotina pessoal e de trabalho. Isto possibilita maior enfoque na saúde mental para o enfrentamento do cenário crítico relacionado à pandemia que a sociedade está vivenciando.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BAO, Y.; SUN, Y.; MENG, S.; SHI, J.; & LU, L. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. **The Lancet**, Pequim, v.395, n.10224, p.37-38, 2020.
- COÊLHO, N.L.; TOURINHO, E.Z. O Conceito de Ansiedade na Análise do Comportamento. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Pará, v.21, n.2, p.171-178, 2008.
- FRANÇA, T.P.; CARDOSO, A.L.; DE-FARIAS, A.K.C.R. Transferência de função aversiva em classes de equivalência: uma visão analítico-comportamental dos transtornos de ansiedade. In: DE-FARIAS, A.K.C.R.; FONSECA, F.N.; NERY, L. B. (orgs) **Teoria e Formulação de Casos em Análise Comportamental Clínica**. Porto Alegre: Artmed, 2018. Cap. 16, p. 504-525.
- HESSEL, A.; BORLOTI, E.; HAYDU, V. B. O pensar e o sentir numa análise comportamental da ansiedade. In: PESSOA, C.V.B.B.; COSTA, C.E.; BENVENUTI, M.F. (Orgs.) **Comportamento em foco**. São Paulo: ABPMC, 2012. v. 13, n. 1, p. 283-292.
- ORNELL, F.; SCHUCH, J.B.; SORDI, A.O.; KESSLER, F.H.P. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. **Brazilian Journal of Psychiatry**, Porto Alegre, v.42, n.3, p.232-235, 2020.
- SCHIMIDT, B.; CREPALDI, M.A.; BOLZE, S.D.A.; NEIVA-SILVA, L.; DEMENECH, L.M. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia**, Campinas, v.37, n.200063, p.1-13, 2020.
- SKINNER, B.F. **Ciência e Comportamento Humano**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates**. Geneva: WHO, 2017. Online. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>
- ZAMIGNANI, D.R.; BANACO, R.A. Um panorama analítico-comportamental sobre os transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira De Terapia Comportamental e Cognitiva**, São Paulo, v.7, n.1, p.77-92, 2005.