

# Sofrimento emocional de profissionais acolhido via tele enfermagem por Enfermeiros de Saúde Mental

A Enfermagem em saúde mental trabalha com a subjetividade, algumas vezes incompreensível aos próprios profissionais de enfermagem. Mas hoje o sofrimento emocional dos profissionais supera qualquer sentimento de desesperança.

O exercício profissional é marcado por múltiplas exigências: lidar com dor, sofrimento, morte, condições desfavoráveis de trabalho e baixa remuneração.

No cotidiano, o trabalho da enfermagem é gerador de sentimentos ambíguos, ora colabora para vivências de prazer, ora para vivências de sofrimento. Seria importante que os profissionais de enfermagem entendessem que o sofrimento e o prazer são sentimentos dialéticos no seu trabalho, e essa compreensão é de relevância para a promoção de sua saúde mental e melhoria da qualidade da assistência prestada (1).

Estamos vivenciando na atualidade um momento de intenso desafio: a pandemia pelo novo coronavírus.

Diante desse processo cruel e emergencial, o Conselho Federal de Enfermagem determinou à Comissão de Enfermagem em Saúde Mental, para efetivar atendimento por tele enfermagem, a ser realizado por enfermeiros especialistas em Saúde Mental aos profissionais de Enfermagem que atuavam na linha de frente da pandemia. E o processo se concretizou.

Realizar apoio emocional implica ir além do óbvio, ser capaz de detectar e reconhecer o subjetivo por trás das palavras e estar atento e sensível a cada gesto, olhar e expressão (2). A atenção às necessidades mais elevadas do ser humano requer escuta ativa e interações mais prolongadas que permitam a formação de relacionamento terapêutico, vínculo e confiança. É preciso renunciar à fala, ao desejo de explicar, de

convencer e de ser aquele que soluciona o sofrimento do outro.

A base usada é a corrente humanista que destaca que cada pessoa possui em si uma força de auto realização que conduz ao desenvolvimento de uma personalidade mais saudável. A Escuta Empática permeia o processo de intervenção (3).

A aceitação incondicional é que garante o apreço das experiências do outro, ou o sofrimento emocional, independentemente de quaisquer condições, para que possibilite a compreensão mais realista de sua experiência - denominada compreensão empática.

Considerando os atendimentos tivemos revelados os sentimentos mais declarados que foram organizados em: Ansiedade, Estresse, Medo, Ambivalência, Depressão, Pensamentos Suicidas e Exaustão.

- Ansiedade: falta de EPIs; frente à pressão por parte da chefia imediata; com as notícias disponibilizadas pela mídia.
- Estresse: todo tempo chegando gente; morte como nunca houve.
- Medo do risco de se infectar; de infectar familiares.
- Ambivalência por parte da população (vizinhos, amigos) que os aplaudem, mas o discriminam e evitam seu contato.
- Depressão pela solidão, afastamento das famílias, morte dos companheiros de trabalho.
- Pensamentos e tentativas de suicídios
- Exaustão ou esgotamento emocional com o volume de trabalho.

O mundo do trabalho se tornou, de forma rápida e surpreendente, um complexo monstruoso que gera muito mais sofrimento.

Uma estratégia para cuidar da saúde mental é o ouvir empático, planejado. Diante de uma pandemia como a que vivemos, os profissionais da Enfermagem fazem parte de um dos grupos mais expostos ao risco de contágio e da dor emocional que afeta consideravelmente a saúde mental.

Uma boa proposta para todos é lembrar que a pandemia do novo Coronavírus não é o primeiro desafio enfrentado no planeta Terra, e que não estamos sozinhos, mas fazemos parte de uma estratégia comunitária que pode salvar vidas e especialmente cuidar da saúde mental.



FOTO: Arquivo Pessoal

## Dra. Dorisdaia Carvalho de Humerez

Graduada em Enfermagem – EERP USP; Mestrado e Doutorado - USP; Professor Adjunto Doutor Aposentado da Universidade Federal de São Paulo; Coordenadora da Comissão Nacional de Enfermagem em Saúde Mental. Coordenadora do programa Enfermagem Solidária – Cofen.