

QUALIDADE DE VIDA E REGULAÇÃO EMOCIONAL DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE QUE ATUAM NO ENFRENTAMENTO À COVID-19

¹Jéferson Pereira Batista; ²Natalie Aguiar Cavalcante; Emily O'hanna de Oliveira Silva; ⁴Rarielly Virginia Medeiros Dantas; ⁵Sebastião Elan dos Santos Lima; ⁶Maria José Nunes Gadelha.

¹Graduando em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN; ²Graduada em Psicologia pela UFRN; ³Graduanda em Psicologia pela UFRN; ⁴Graduanda em Psicologia pela UFRN; ⁵Psicólogo, Professor da UFRN; ⁶Psicóloga, Professora da UFRN.

Área temática: Inovações em Psicologia, Psicoterapia e Saúde Mental.

Modalidade: Poster simples.

E-mail do autor: Jeferson.p.b@hotmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: no cenário de emergência na saúde gerada pela pandemia da COVID-19, profissionais da saúde atuam em contextos expostos não só às vulnerabilidades físicas e biológicas, mas também psicológicas, que decorrem da alta intensidade emocional que tais ambientes exercem, levando a preocupações sobre seus impactos na qualidade de vida. **OBJETIVO:** analisar os efeitos das estratégias de regulação emocional na qualidade de vida de profissionais que atuam ou atuaram na linha de frente no combate à pandemia da COVID-19. **MÉTODO:** a amostra foi composta por 136 profissionais das mais diversas áreas saúde recrutados entre 2020 a 2022. Após aprovação da pesquisa pelo Comitê de Ética e Pesquisa, foram incluídos aqueles que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), sendo utilizados um formulário on-line para coleta de dados com os instrumentos: questionário sociodemográfico; Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS-16); e Questionário de Qualidade de Vida da OMS (WHOQOL-BREF). **RESULTADOS:** foram aplicadas estatísticas paramétricas correlacionais, do tipo *r* de *Pearson*, obtendo-se correlações negativas significativas ($p < 0,05$) entre DERS-16 e WHOQOL-BREF, demonstrando relações entre estratégias de regulação emocional e qualidade de vida, explicitando que quanto maior a adoção de estratégia desadaptativas de regulação emocional, mais baixa poderá ser a qualidade de vida relatada. **DISCUSSÃO:** os achados refletem que o repertório de regulação emocional poderá indicar os impactos nos domínios da qualidade de vida, discute-se ainda sobre as condições de trabalho a qual esses profissionais são submetidos. **CONCLUSÃO:** é necessário o desenvolvimento de estratégias e políticas de prevenção quinquenária, que visem melhorar as condições de trabalho e a qualidade de vida de profissionais de saúde que são expostos a cenários extenuantes, também ofertar intervenções psicológicas para o grupo, com vista ao propicia a desregulação emocional e sua correlação negativa com a qualidade de vida.

Palavras-chave: COVID-19; Profissionais de saúde; Regulação emocional.

1. INTRODUÇÃO

A qualidade de vida tem sido frequentemente discutida e pesquisada diante das necessidades de melhorias nas condições de vida da sociedade quanto em suas relações ambientais, sociais, físicas e psicológicas. A Organização Mundial de Saúde (1994) definiu a qualidade de vida para além da simples ausência de sintomatologia, trazendo a percepção subjetiva do indivíduo de seu posicionamento na vida dentro do contexto cultural e sistemas no qual está inserido, em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. No âmbito da saúde, vem se inserido discussões acerca da prevenção quinquenária, que traz o olhar para os profissionais de saúde e suas relações com as condições de trabalho e qualidade de vida, visando a prevenção de erros no cuidado ofertado qualificando o serviço (SOUZA; SILVA; SIQUEIRA, 2021).

Com isso em vista, no cenário de emergência na saúde gerada pela pandemia da COVID-19, profissionais da saúde atuam em contextos expostos não só às vulnerabilidades físicas e biológicas, mas também psicológicas. Isso decorre da alta intensidade emocional que tais ambientes exercem sobre os profissionais da saúde, podendo gerar *burnout*, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), depressão e ansiedade (DUBEY *et al.*, 2020). Esses achados levam a preocupações quanto às influências desse cenário nos aspectos emocionais e na qualidade de vida dos profissionais de saúde atuantes na linha de frente no combate à COVID-19, tendo em vista um panorama que propicia dificuldades na regulação emocional.

De acordo com MCrae e Gross (2020), a regulação emocional é o processo no qual o indivíduo modela suas emoções fazendo uso de um arcabouço de estratégias com vista a alcançar objetivos, sendo este processo prejudicado quando o indivíduo não tem consciência das suas emoções ou emprega estratégias desadaptativas e prejudiciais para lidar com elas, como abuso de substâncias, evitação experiencial ou automutilação.

2. OBJETIVO

o presente trabalho busca analisar os efeitos das estratégias de regulação emocional na qualidade de vida de profissionais que atuaram na linha de frente no combate à pandemia da COVID-19.

3. MÉTODO

Foram incluídos no estudo 136 profissionais das áreas saúde, como: médicos, profissionais da enfermagem (auxiliares, técnicos e enfermeiros), fisioterapeutas, psicólogos, agentes de saúde comunitário e outros que estivessem atuando ou atuaram entre os anos de 2020 a 2022 em unidades de atendimentos presenciais submetendo-se assim ao risco de contrair COVID-19 no trabalho. A coleta de dados foi iniciada apenas após Comitê de Ética e Pesquisa, sendo incluídos apenas os participantes que aceitaram assinar o termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), em concordância com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Dentre os instrumentos aplicados, incorporados em um formulário on-line, estiveram: um Questionário Sociodemográfico, que conteve questões sociodemográficas (cidade, sexo, estado civil, cor/etnia, entre outras), clínicas (comprometimentos físicos e psicológicos, uso de substâncias tóxicas, entre outras) e perguntas concernentes às condições do trabalho nos diferentes contextos de saúde, além de questões acerca de atividades doméstica; a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS-16) (BJUREBERG *et al.*, 2015), que avalia os níveis de desregulação em cinco dimensões; e o Questionário de Qualidade de Vida da OMS (WHOQOL-BREF) (FLECK *et al.*, 2000), que avalia a percepção subjetiva da qualidade de vida por quatro domínios. Assim, a análise estatísticas e inferenciais foram performadas através do programa estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 26.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta por 136 profissionais, onde 61,9% eram profissionais da enfermagem, 77% residiam no estado do Rio Grande do Norte, com idade média 33,9 anos, sendo maioria (82%) do sexo feminino. Além disso, 89,2% trabalhavam em instituições públicas, 66% até o momento da pesquisa não haviam sido acometidos pela COVID-19, 18% relatou possuir algum tipo de transtorno psicológico, e paradoxalmente, 35,3% faziam utilização de medicação psicotrópica.

Desse modo, foram aplicadas estatísticas paramétricas correlacionais, do tipo *r* de *Pearson*, com o objetivo de verificar em que níveis os índices de desregulação emocional impactam na qualidade de vida dos profissionais de saúde. Sendo assim, foram utilizados os testes Kolmogorov-Smirnov e Levene para analisar a normalidade e a homogeneidade de variâncias dos fatores e domínios referentes aos instrumentos DERS-16 e WHOQOL-BREF, que indicaram desvios de normalidade (p

$> 0,05$). Segundo Haukoos e Lewis (2005), para se obter uma maior confiabilidade dos resultados e corrigir desvios de normalidade da distribuição da amostra, foram realizados procedimentos de bootstrapping (1000 re-amostragens; 95% IC BCa).

Na Tabela 1 observa-se a correlação entre os fatores da WHOQOL-BREF e DERS. Sendo assim, foram encontradas correlações negativas em todos os segmentos, ou seja, correlações que caracterizam forças inversamente proporcionais entre as variáveis, na medida que uma aumenta, a outra diminui. É válido salientar apenas a correlação entre o domínio Ambiental e a DERS_3, não apresentou significância estatística ($p > 0,05$).

Tabela 1 - Correlação entre os fatores de Qualidade de Vida (WHOQOL-BREF) e Desregulação Emocional (DERS).

	DERS_1	DERS_2	DERS_3	DERS_5	DERS_6
Domínio Físico (WHOQOL)	-0,492*	-0,466**	-0,358**	-0,485**	-0,477**
Domínio Psicológico (WHOQOL)	-0,605**	-0,638**	-0,366**	-0,613**	-0,665**
Domínio Ambiental (WHOQOL)	-0,356**	-0,248**	-0,123 ^{NS}	-0,283**	-0,338**
Domínio Social (WHOQOL)	-0,432**	-0,423**	-0,236**	-0,506**	-0,430**

Nota: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; NS: não significativo. DERS_1: não aceitação de emoções negativas; DERS_2: dificuldades em se engajar em comportamentos orientados para objetivos; DERS_3: dificuldade em controlar comportamentos impulsivos; DERS_5: falta de estratégias no repertório de regulação emocional; DERS_6: falta de clareza emocional.

As ocorrências de correlações negativas significativas entre DERS-16 e WHOQOL-BREF demonstram relações, com magnitude moderada (r entre 0,4 – 0,6) e fraca (r entre 0,1 – 0,3) entre estratégias de regulação emocional e qualidade de vida, explicitando que quanto maior a adoção de estratégia desadaptativas de regulação emocional, mais baixa poderá ser a qualidade de vida relatada. Ademais, os achados alinham-se com Panayiotou et al. (2021), que apesar de pesquisar com uma população diferente no contexto da COVID-19, trouxe que a utilização de estratégias de regulação emocional desadaptativas para lidar com as adversidades, trouxeram diminuições na qualidade de vida.

Desse modo, reflete-se que o repertório de regulação emocional utilizado poderá determinar um curso saudável ou prejudicial dos impactos nos demais domínios da qualidade de vida do profissional de saúde. Esse achado permite discutir acerca dos fatores ambientais que influenciam em seus aspectos emocionais, como a própria pandemia da COVID-19 e seus fatores de risco, como também as condições de trabalho a qual esses profissionais são submetidos (SOUZA; SILVA; SIQUEIRA, 2021).

5. CONCLUSÃO

Por fim, a pandemia da COVID-19 demonstrou ser um fator de risco em diversos âmbitos da vida afetando a saúde mental e a qualidade de vida daqueles que estão atuando em tal contexto. Dessa forma, é necessário o desenvolvimento de estratégias e políticas de prevenção quinquenária, que visem melhorar as condições de trabalho e a qualidade de vida de profissionais de saúde que são expostos a cenários extenuantes. Sendo ainda necessário ampliar o alcance de intervenções psicológicas para este grupo, tendo em vista o contexto que propicia a desregulação emocional e sua correlação negativa com a qualidade de vida.

6. REFERÊNCIAS

- BJUREBERG, J., LJÓTSSON, B., TULL, M. T., HEDMAN, E., SAHLIN, H., LUNDH, L.-G., GRATZ, K. L. Development and Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: The DERS-16. **Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment**. v. 38, n. 2, pp. 284–296, 2015.
- BREAUX, R.; DVORSKY, M. R.; MARSH, N. P.; GREEN, C. D.; CASH, A. R.; SHROFF, D. M.; BUCHEN, N.; LANGBERG, J. M.; BECKER, S. P. Prospective impact of COVID-19 on mental health functioning in adolescents with and without ADHD: protective role of emotion regulation abilities. **Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines**, v. 62, n. 9, pp. 1132–1139, 2021.
- BUDIMIR, S.; PROBST, T.; PIEH, C. Coping strategies and mental health during COVID-19 lockdown. **Journal of mental health (Abingdon, England)**, v. 30, n. 2, pp. 156–163, 2021.
- DUBEY, S., BISWAS, P., GHOSH, R., CHATTERJEE, S., DUBEY, M. J., CHATTERJEE, S., LAVIE, C. J. Psychosocial impact of COVID-19. **Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews**. v. 14, pp. 779-788, 2020.
- HAUKOOS, J. S.; LEWIS, R. J. Advanced statistics: Bootstrapping confidence intervals for statistics with “difficult” distributions. **Academic Emergency Medicine**. v. 12, n. 4, pp. 360-365, 2005.
- MCRAE, K.; GROSS, J. J. **Emotion regulation**. **Emotion**. V. 20, n. 1, pp. 1–9, 2020.

PANAYIOTOU, G.; PANTELI, M.; LEONIDOU, C. Coping with the invisible enemy: The role of emotion regulation and awareness in quality of life during the COVID-19 pandemic. **Journal of Contextual Behavioral Science**. v. 19, pp. 17–27, 2021.

SOUZA, L. P.; SILVA, M. L. A.; SIQUEIRA, R. Prevenção quinquenária na unidade de terapia intensiva em época de pandemia: uma necessidade emergente. **JMPHC**, v. 13, n. 22, pp. 1-8, 2021.

WHOQOL Group. The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). In: ORLEY, J.; KUYKEN, W. (Eds.). **Quality of life assessment: international perspectives**. Heidelberg: Springer, 1994. p.41-60.