Profissionais da saúde sofrem exaustão na pandemia



Por Maria Letícia

Após um ano de pandemia e jornadas de trabalho muito maiores, é esperado o aumento da exaustão e problemas físicos e mentais entre os profissionais. De acordo com a Fiocruz, em uma pesquisa intitulada "Condições de Trabalho dos Profissionais de Saúde no Contexto da Covid-19" realizada em território nacional, a pandemia alterou de maneira direta a vida de 95% dos trabalhadores da saúde e 50% dos profissionais da saúde relatam excesso de trabalho. Além disso, mais de 40% relata não se sentirem seguros e protegidos no trabalho durante a pandemia e o principal motivo é a falta de EPIs apropriadas, muitas vezes precisando improvisar os equipamentos. A pesquisa também aponta sinais de exaustão e do desenvolvimento de distúrbios emocionais, como insônia, irritabilidade, choro frequente, incapacidade de relaxar, dificuldade de concentração, pensamento lento, sensação negativa do futuro, alterações de peso e na alimentação e até pensamentos de autoextermínio.

Em um depoimento postado em suas redes sociais, Filipe Pereira, socorrista do SAMU da UPA Celso Matos em Itabirito, desabafa sobre sua exaustão. Em um trecho ele relata que viu um paciente perder a vida e precisou entubar outra paciente que estava consciente, mas seus pulmões estavam falhando. Entramos em contato com o Felipe para entender melhor sua rotina durante a pandemia.

O plantão que antes era de 12h, aumentou ainda mais. Filipe Relata que tem feito turnos extras de até **24 horas seguidas**, com folgas entre os plantões reduzidas, para compensar a falta de profissionais, já que houveram afastamentos por problemas físicos e psicológicos: "Já vão aí um ano de pandemia. Muitas das vezes o colega não tá com uma doença física. Às vezes, ele se afasta porque precisa relaxar, dar uma espairecida daquele ambiente que está muito pesado pra trabalhar. O bom que pelo menos lá onde eu trabalho, não está faltando EPIs. Isso é muito importante, mas o cansaço emocional bate muito, está vindo muito pesado mesmo. Tem hora que a gente chega num ponto que a gente fica com pensamento ruim. Não só eu, como qualquer profissional, a gente se põe no lugar da pessoa. No meu ambiente de trabalho, agora a prefeitura viabilizou psicólogos. Eles trabalham de segunda a sexta. Tem uma assistente social, não só para os pacientes, mas também pra nós que estamos lá combatendo, na linha de frente. Então assim, principalmente no começo da pandemia, em março, abril do ano passado eu, pelo menos, fiquem bem mexido. Eu tenho uma filha pequena. Ela tá com cinco anos agora e fiquei alguns meses sem ver ela. Eu fiquei dois, três meses, com medo. Então, quando eu ia fazer uma visita, eu me paramentava e ela perguntava **'que que é isso no seu rosto?**'. Então, assim, eu fiquei muito sentido. Agora, estou um pouco mais tranquilo, mas estou muito triste, né? Que aumentou muito os casos, aumentou muita demanda".

Mesmo com a ativação de novo leitos, de acordo com a Secretaria de Estado de Saúde (SES-MG), Minas Gerias tem uma fila espera de mais de mil pacientes para internação em UTIs. Filipe reclama da falta de informação e descuido dos pacientes e até mesmo de pessoas da área, que levam ao crescimento dos casos:

"Olha, está muito cansativo, sabe? Porque os casos estão aumentando com muita rapidez.

Infelizmente, muitos ainda não tem consciência, não tem noção da gravidade que é o coronavírus. Temos aí notícias, Mariana entrando em colapso e a própria UPA Gesso Matos, onde eu trabalho lá no município de Itabirito, foram ativados outros leitos pra tá recebendo esses pacientes e eles tão lotados"

Apesar dos profissionais de saúde terem recebido vacinas, Filipe ressalta que, mesmo vacinados podem ainda serem vetores e que não só eles, mas toda a população precisa de se atentar aos cuidados e as informações recebidas:

"Prevenir, usar máscaras, porque já tá comprovado cientificamente que a máscara pode salvar vidas. Se higienizar, porque não é apenas o álcool em gel, mas também com a água e sabão! Cuidado, tomar muito cuidado, principalmente com notícias falsas, porque tem muita notícia falsa. Tem muita gente compartilhando, até próprios colegas mesmo de trabalho replicam 'ah, um remédio novo', 'ah máscara não resolve'. É muita notícia falsa. Quem puder ficar em casa, que fique! Quem não puder, que se previna com a máscara e que se higienize corretamente. E muito cuidado com notícia falsa. Procurar uma fonte boa de pesquisa, procurar saber que aquilo é uma informação verdadeira ou não."

https://mail.real.fm.br/noticia/869/profissionais-da-saude-sofrem-exaustao-na-pandemia em 07/11/2026 15:45