

Saúde Mental em Tempos de Pandemia COVID-19

Sufrimento psicológico e seus determinantes em contexto da pandemia na população geral e em profissionais de saúde: Análise longitudinal em Portugal (2020-2021)

Teresa Caldas de Almeida, Maria João Heitor, Osvaldo Santos, **Alexandra Costa**,
Mónica Fialho, Ana Virgolino, Célia Rasga, Hugo Martiniano, Astrid Vicente

Reunião científica | Departamento de Promoção da Saúde e Prevenção de Doenças Não Transmissíveis | 26 de novembro 2021

Projeto

- Coordenado pelo Departamento de Promoção da Saúde e Prevenção de Doenças Não Transmissíveis, em colaboração com o Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB) da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa e com a Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental (SPPSM)
- Financiado pela linha de apoio RESEARCH4COVID19 da FCT
- Inicialmente prevista uma duração de 3 meses (entre maio e julho de 2020), estendido a uma segunda iniciativa, entre maio e julho de 2021.



Enquadramento

Surtos epidémicos anteriores ^(1,2)

Sufrimento psicológico (ansiedade, depressão, stress pós-traumático e *burnout*)

- Efeitos a curto e longo prazo

Grupos mais vulneráveis

- Indivíduos que experienciaram isolamento ou quarentena (e.g. SARS, MERS e Ébola)
- Profissionais de saúde

Pandemia de COVID-19 ⁽³⁾

- Aumento da prevalência de **depressão *major*** e **perturbações de ansiedade**
- **Profissionais de saúde**, especialmente os da **linha da frente a tratar doentes** com COVID-19, **mais vulneráveis** a potenciais impactos emocionais
- Mulheres, indivíduos mais jovens e de baixos rendimentos são os mais afetados

Objetivos

Objetivo geral:

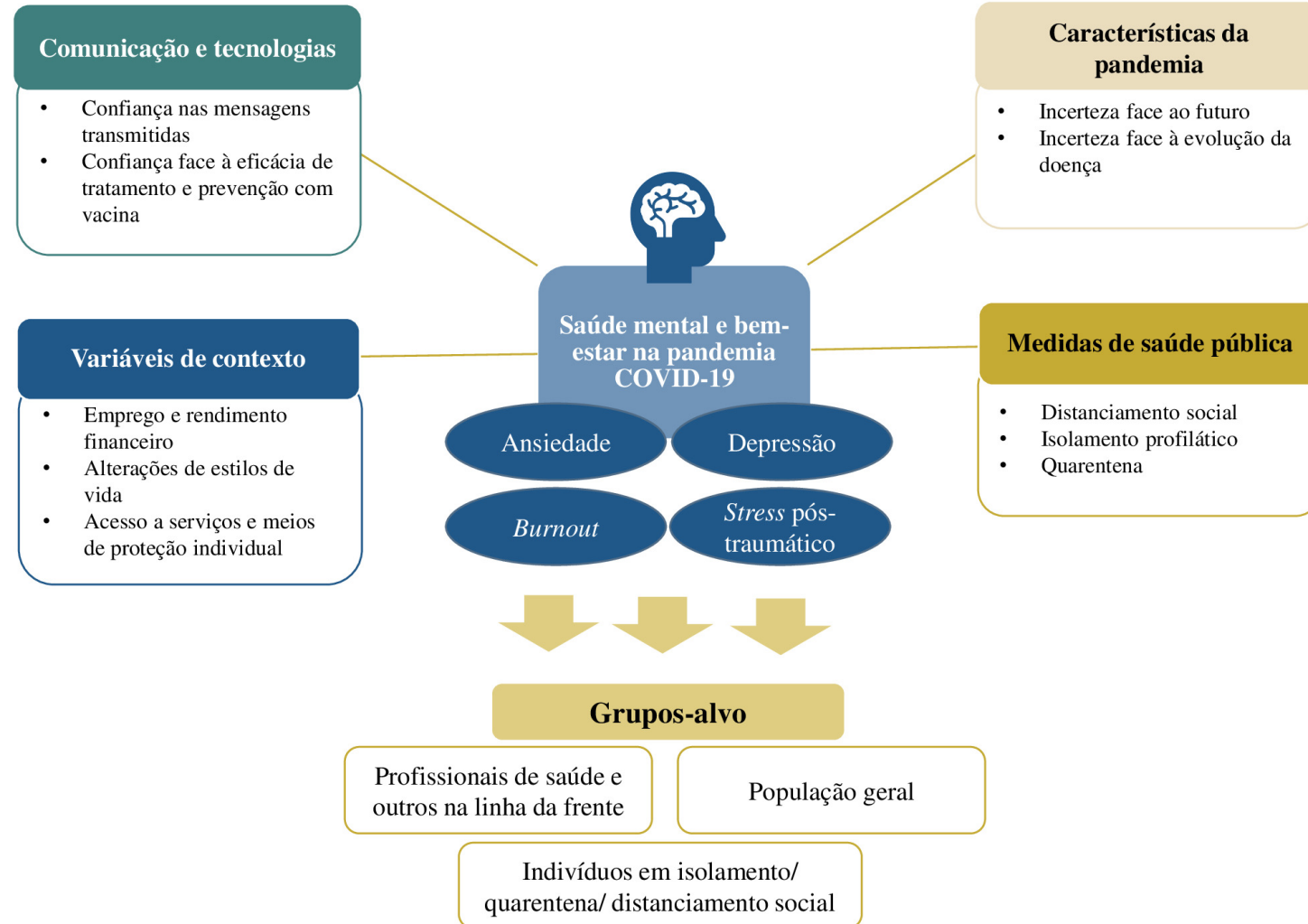
- Caracterizar indicadores de saúde mental e o bem-estar psicológico em adultos residentes em Portugal e profissionais de saúde, no contexto da pandemia

Objetivos específicos:

- Identificar fatores modificáveis de proteção e de risco acrescido
- Identificar grupos mais vulneráveis
- Contribuir com recomendações de medidas promotoras da saúde mental e bem-estar, e de mitigação do sofrimento psicológico



Modelo conceptual



Métodos | Desenho do estudo

- Estudo **observacional transversal**, com uma **componente longitudinal**
- Inquérito de **autopreenchimento** online de base populacional
- **Dois momentos** de recolha de dados
 - Maio-Julho de 2020 (n_0)
 - Maio-Julho de 2021 (n_1)Longitudinal 2020/2021 (n_L)

Duas populações em estudo | Amostragens não probabilísticas

- **População Adulta** (idade >18 anos) residente em Portugal (continente e ilhas)
- **Profissionais de saúde** com atividade em território português

Métodos | Instrumentos

Dimensões de Saúde Mental e Bem-Estar

Dimensões de Saúde Mental e Bemestar	Instrumento
Bem-estar psicológico	Item de Autoperceção do estado de saúde, Inquérito Nacional de Saúde (INS) <i>Mental Health Inventory - MHI-5</i> (Pais-Ribeiro, 2001)
Ansiedade	<i>Generalized Anxiety Disorder Scale- GAD-7</i> (Sousa <i>et al.</i> , 2015)
Depressão	<i>Patient Health Questionnaire- PHQ-9</i> (Monteiro <i>et al.</i> , 2013)
Perturbação de stress pós-traumático	<i>Post-Traumatic Stress Disorder Checklist DSM-V- PCL-5 Short Form</i> (Zuromski <i>et al.</i> , 2019)
<i>Burnout</i>	<i>Medida de Burnout de Shirom-Melamed- MBSM</i> (Gomes, 2012)
Presentismo	Escala visual analógica
Resiliência/ <i>coping</i>	<i>Escala de Resiliência Connor-Davidson- CD-RISC</i> (Almeida <i>et al.</i> , 2020)
Fadiga pandémica (2021)	<i>Fatigue Assessment Scale – FAS</i> (De Vries <i>et al.</i> , 2004)

Métodos | Instrumentos

Determinantes de saúde

Determinantes da saúde	Instrumento
1. Situação face à pandemia	Identificação da situação
2. Consumos e adições	Matriz de itens* ¹
3. Acesso percebido a serviços e proteção individual	Matriz de itens* ¹
4. Alterações de vida	
4.1. Conciliação trabalho-família	Matriz de itens* ¹
4.2. Situação face ao trabalho e rendimento	
5. Suporte social percebido	Matriz de itens* ¹ , que inclui 4 itens* ² do <i>Brief Form of the Perceived Social Support Questionnaire</i> – F-SozU K-6 (Lin, Hirschfeld, & Margraf, 2018)
6. Estilos de vida e atividades de lazer	F-SozU K-6* ³ (Lin, Hirschfeld, & Margraf, 2018) Matriz de itens* ¹
7. Expectativas face ao futuro	Matriz de itens* ¹

*¹ elaborada pela equipa

*² tradução livre

*³ 2021

Métodos | Análise de dados

- Ponderação por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II (população geral)
- Modelos de regressão logística para amostras complexas
- Dados transversais: modelos múltiplos ajustados para variáveis sociodemográficas, profissionais e de resiliência
- Dados longitudinais: modelos simples usados para avaliar diferenças entre momentos de avaliação

Resultados | Caracterização da amostra

$n_0 = 6079$

$n_1 = 5726$

$n_L = 1940$



Profissionais de Saúde



População em Geral

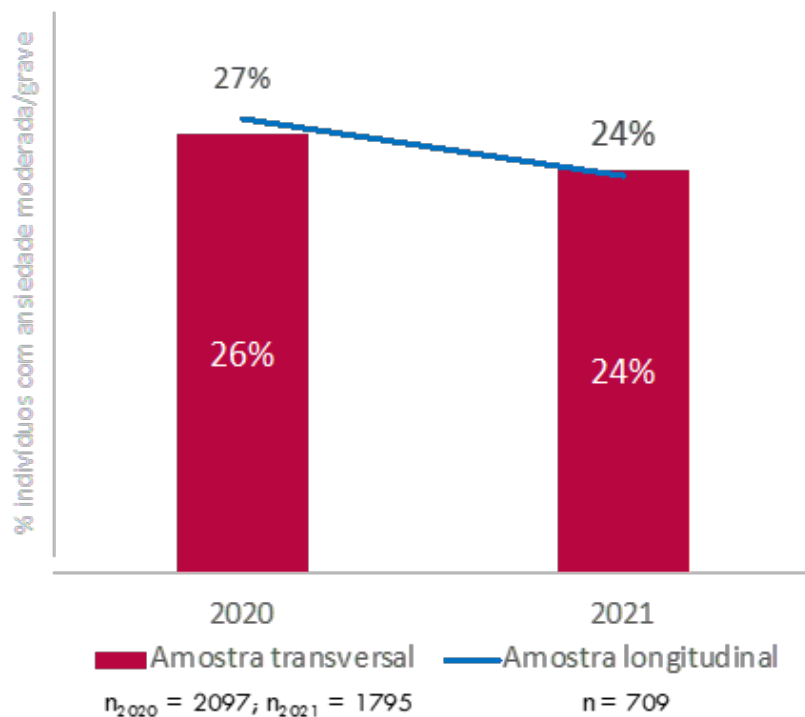
		2020 (n=2097)	2021 (n=1795)	Longitudinal* (n=709)	2020 (n=3982)	2021 (n=3931)	Longitudinal (n=1231)
Sexo	Feminino	1751 (83,5%)	1480 (82,5%)	597 (84,2%)	3150 (79,1%)	2538 (64,6%)	977 (79,4%)
	Masculino	346 (16,5%)	315 (17,5%)	112 (15,8%)	832 (20,9%)	1393 (35,4%)	254 (20,6%)
Grupo etário	18-34 anos	493 (23,5%)	326 (18,2%)	129 (18,2%)	781 (19,6%)	348 (8,9%)	164 (13,3%)
	35-54 anos	1184 (56,5%)	1096 (61,1%)	435 (61,4%)	2313 (58,1%)	2177 (55,4%)	736 (59,8%)
	55+ anos	417 (19,9%)	373 (20,8%)	145 (20,5%)	887 (22,3%)	1406 (35,8%)	331 (26,9%)
Escolaridade	Ensino básico/secundário	123 (5,9%)	100 (5,6%)	36 (5,1%)	1153 (29,0%)	1518 (38,6%)	339 (27,5%)
	Ensino superior	1974 (94,1%)	1695 (94,4%)	673 (94,9%)	2829 (71,0%)	2413 (61,4%)	892 (72,5%)
NUTS II	Norte	735 (35,5%)	718 (40,4%)	239 (33,7%)	879 (22,3%)	1005 (25,8%)	267 (21,7%)
	Centro	464 (22,4%)	367 (20,6%)	158 (22,3%)	882 (22,4%)	752 (19,3%)	252 (20,5%)
	Lisboa	687 (33,2%)	437 (24,6%)	247 (34,8%)	1633 (41,4%)	1603 (41,2%)	535 (43,5%)
	Alentejo	96 (4,6%)	39 (2,2%)	29 (4,1%)	255 (6,5%)	250 (6,4%)	91 (7,4%)
	Algarve	46 (2,2%)	42 (2,4%)	20 (2,8%)	197 (5,0%)	151 (3,9%)	50 (4,1%)
	Açores	38 (1,8%)	27 (1,5%)	12 (1,7%)	63 (1,6%)	46 (1,2%)	25 (2,0%)
	Madeira	6 (0,3%)	148 (8,3%)	4 (0,6%)	35 (0,9%)	82 (2,1%)	11 (0,9%)

*Amostra longitudinal composta por indivíduos considerados profissionais de saúde em 2020 e/ou 2021

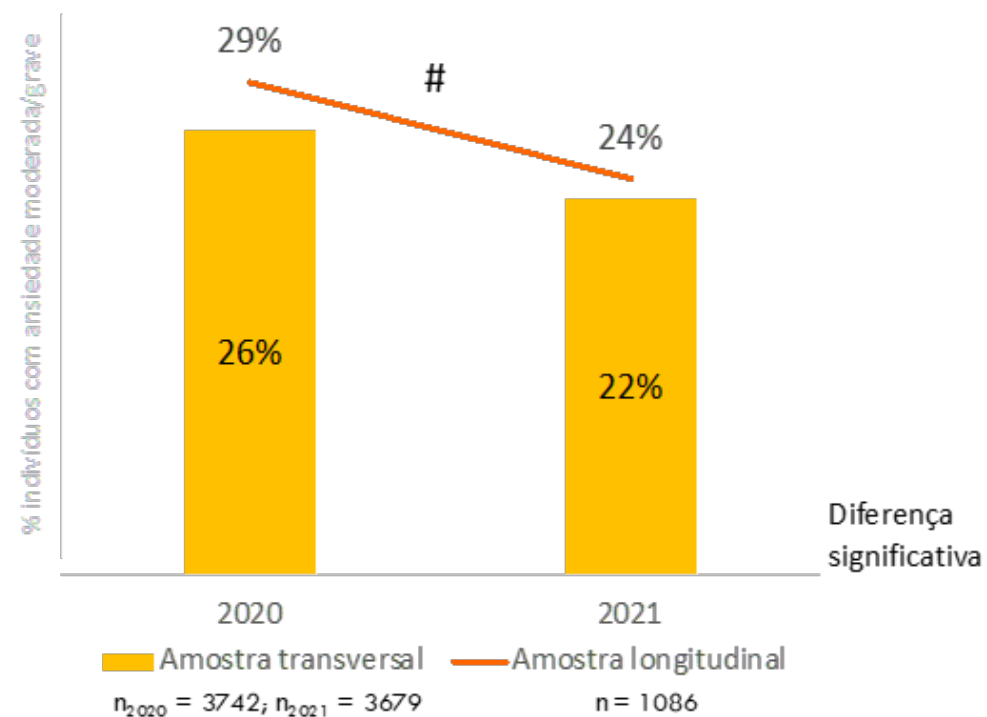
Resultados | Ansiedade



Profissionais de Saúde



População em Geral*

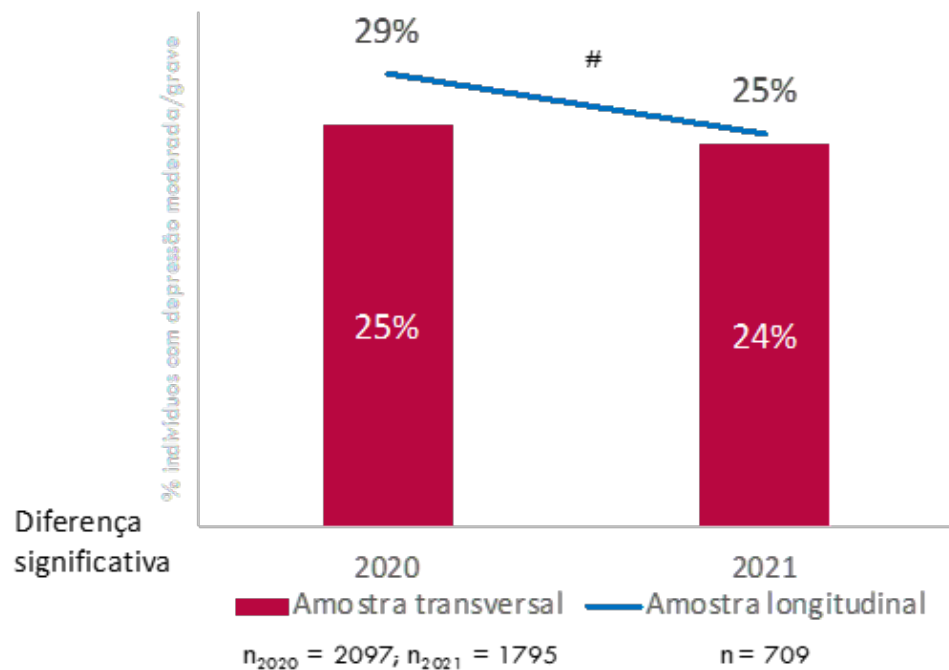


*Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II; # $p < 0,005$

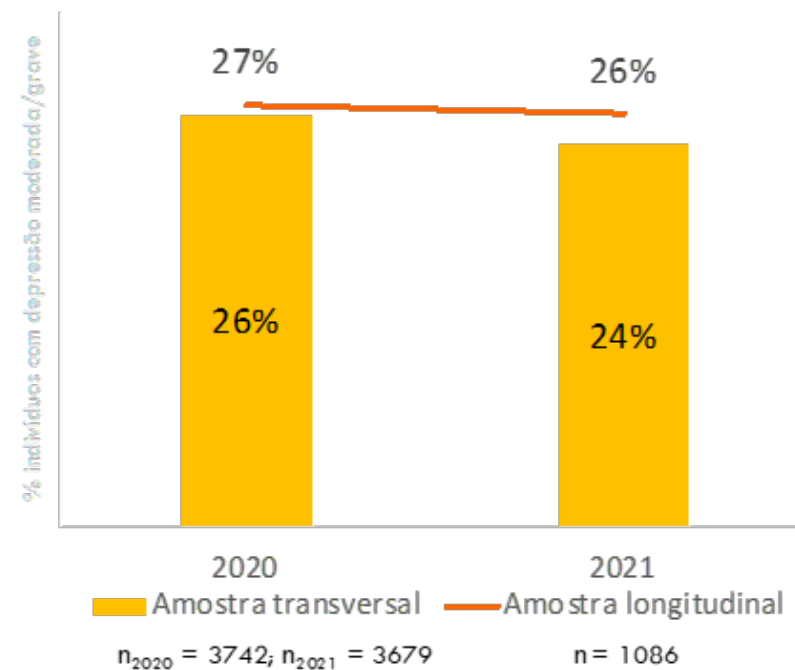
Resultados | Depressão



Profissionais de Saúde



População em Geral*

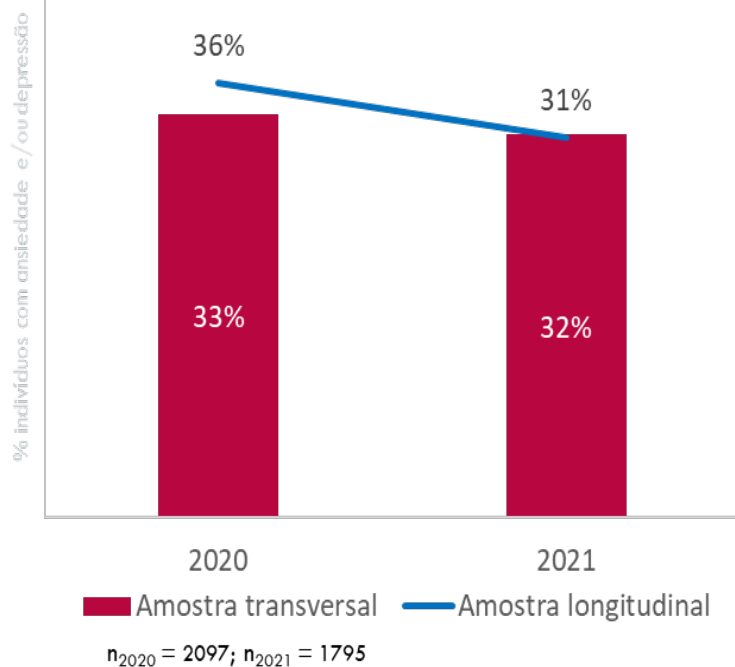


*Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II; #p < 0,005

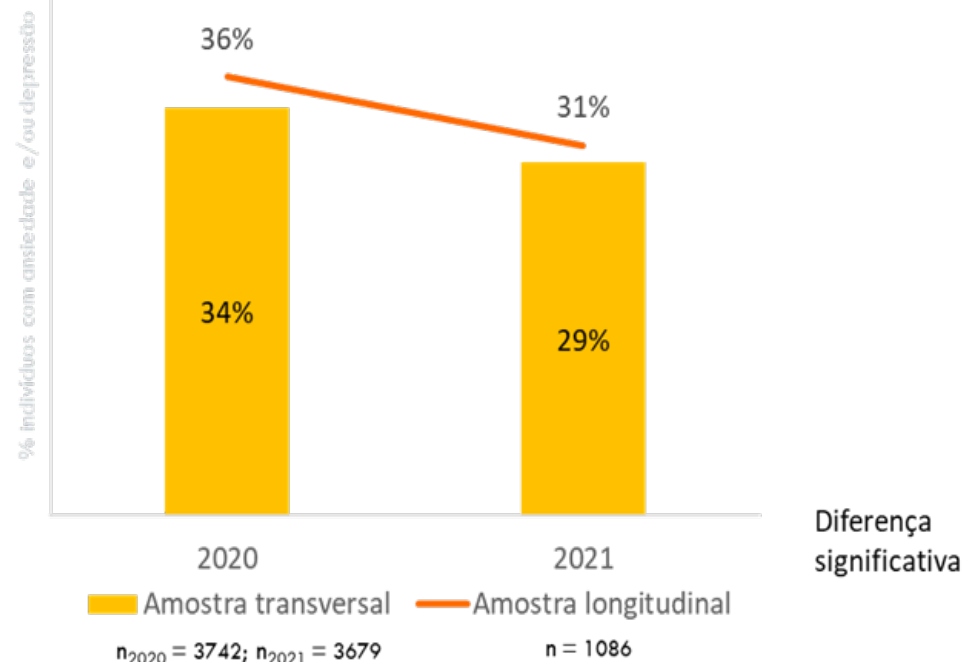
Resultados | Ansiedade ou Depressão



Profissionais de Saúde



População em geral*

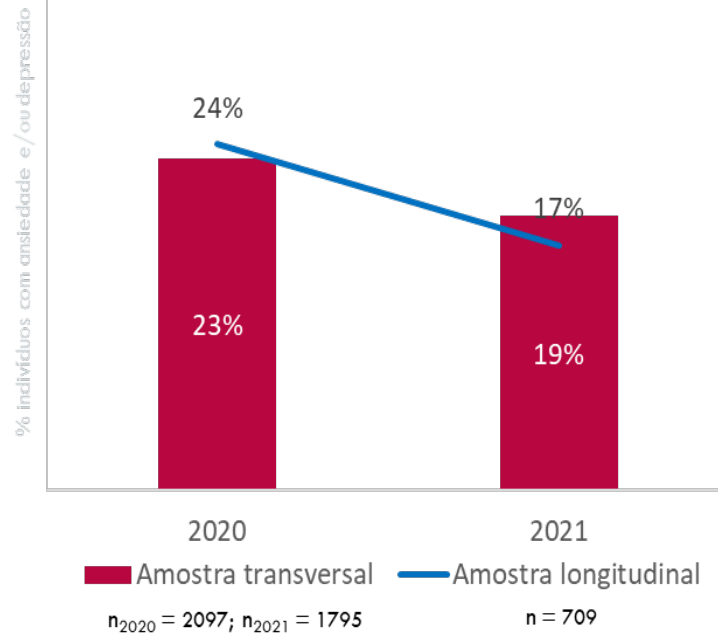


*Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II; * $p < 0,005$

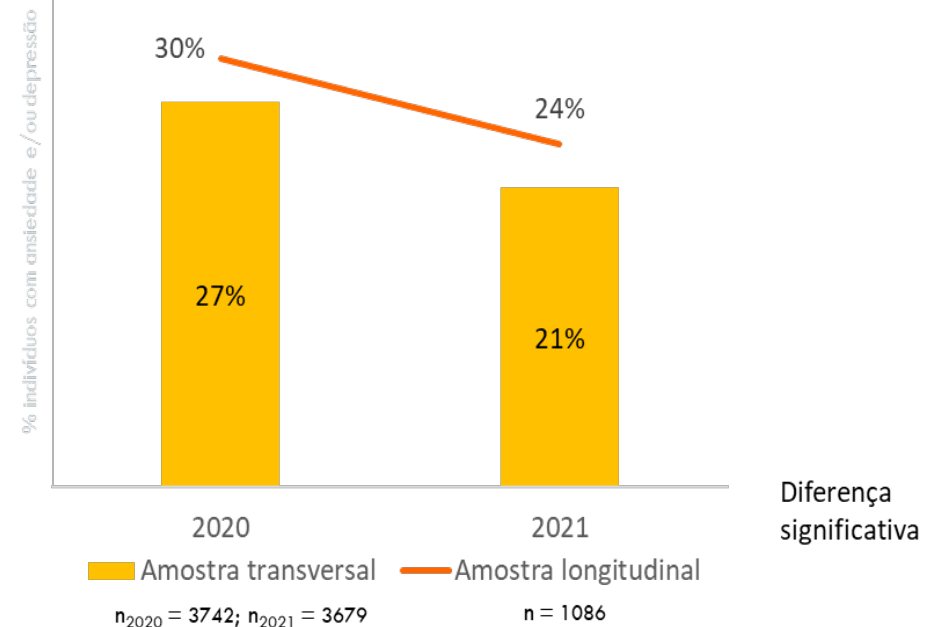
Resultados | Stress pós-traumático (PTSD)



Profissionais de Saúde



População em geral*

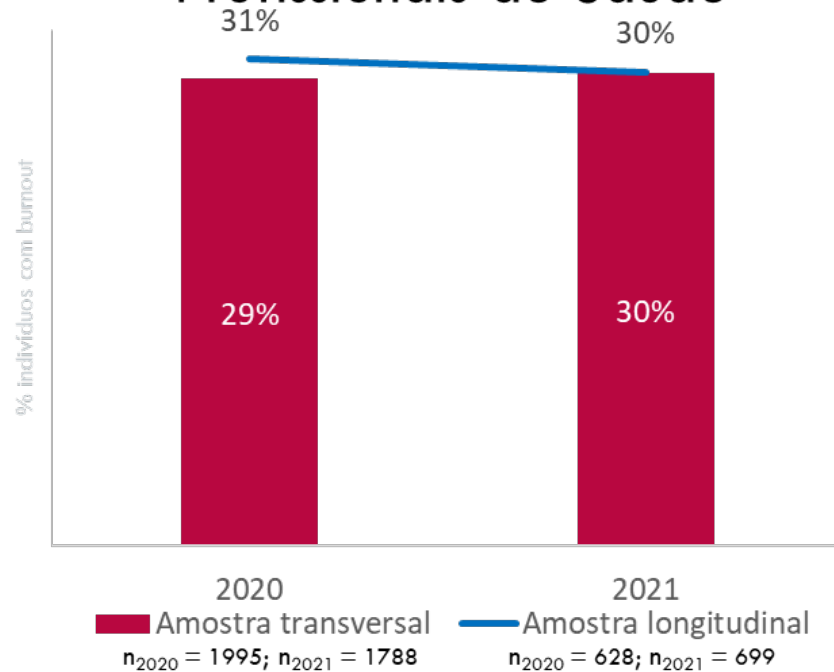


*Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II; #p < 0,005

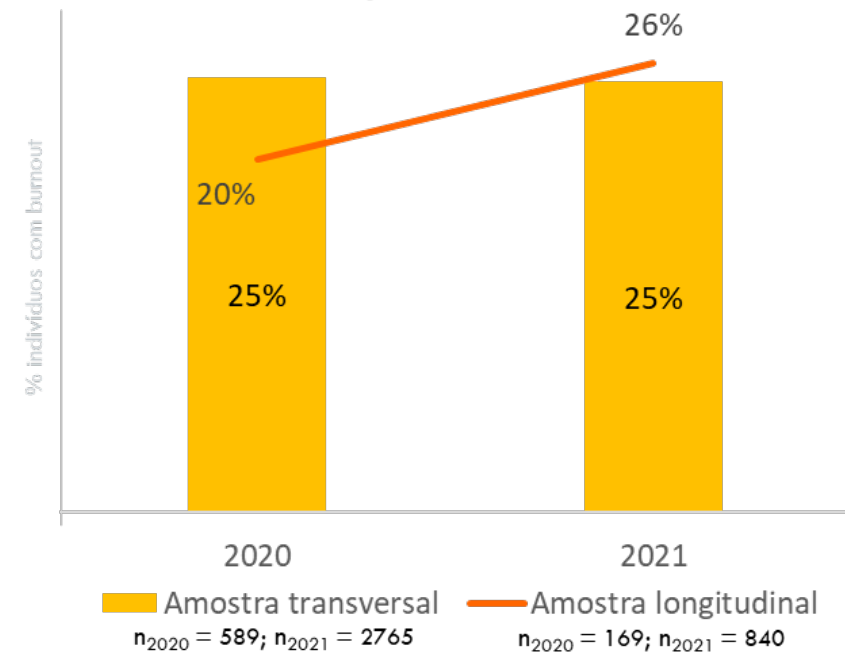
Resultados | *Burnout*



Profissionais de Saúde



População em geral*

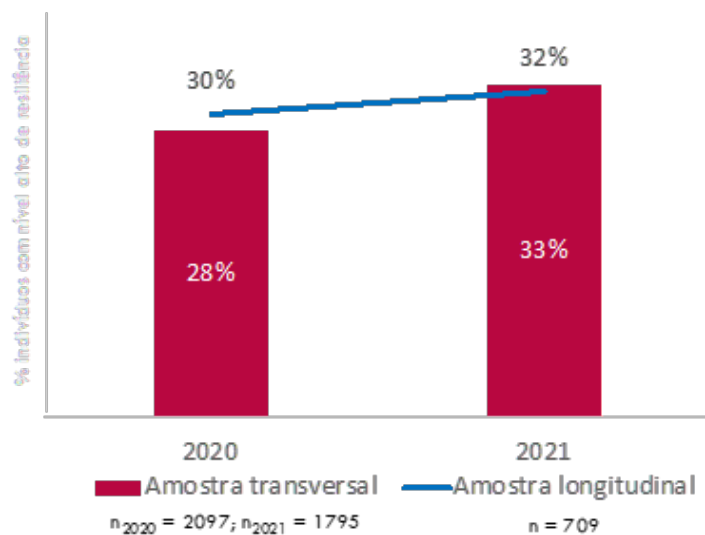


*Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II

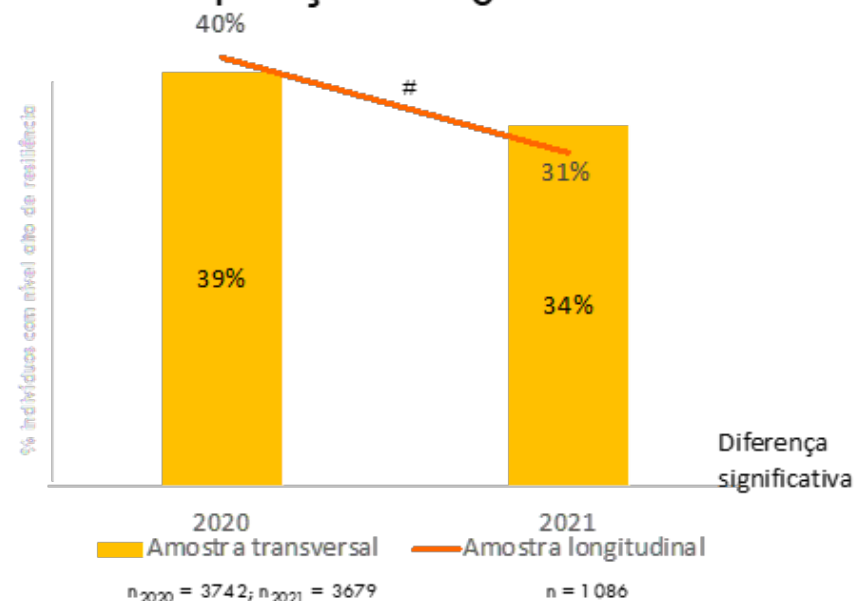
Resultados | Resiliência



Profissionais de Saúde



População em geral*

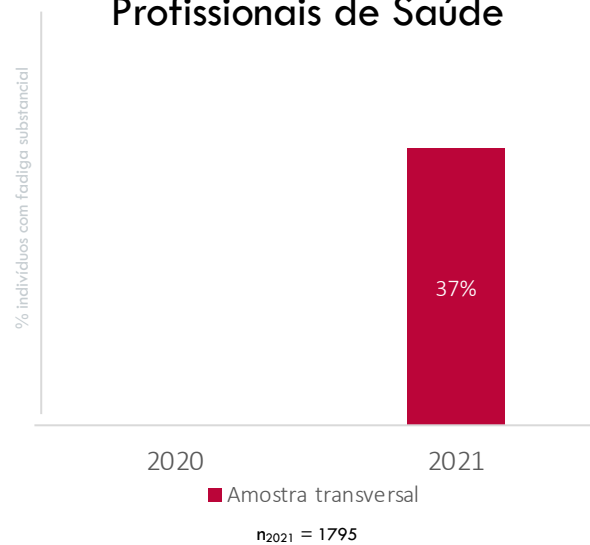


*Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II; # $p < 0,005$

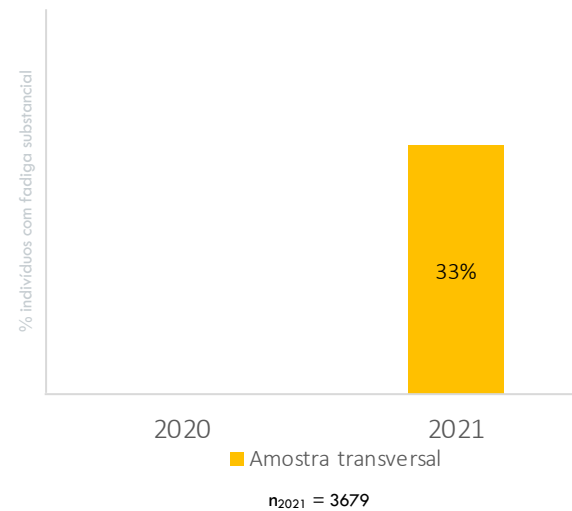
Resultados | Fadiga pandémica



Profissionais de Saúde



População em geral*

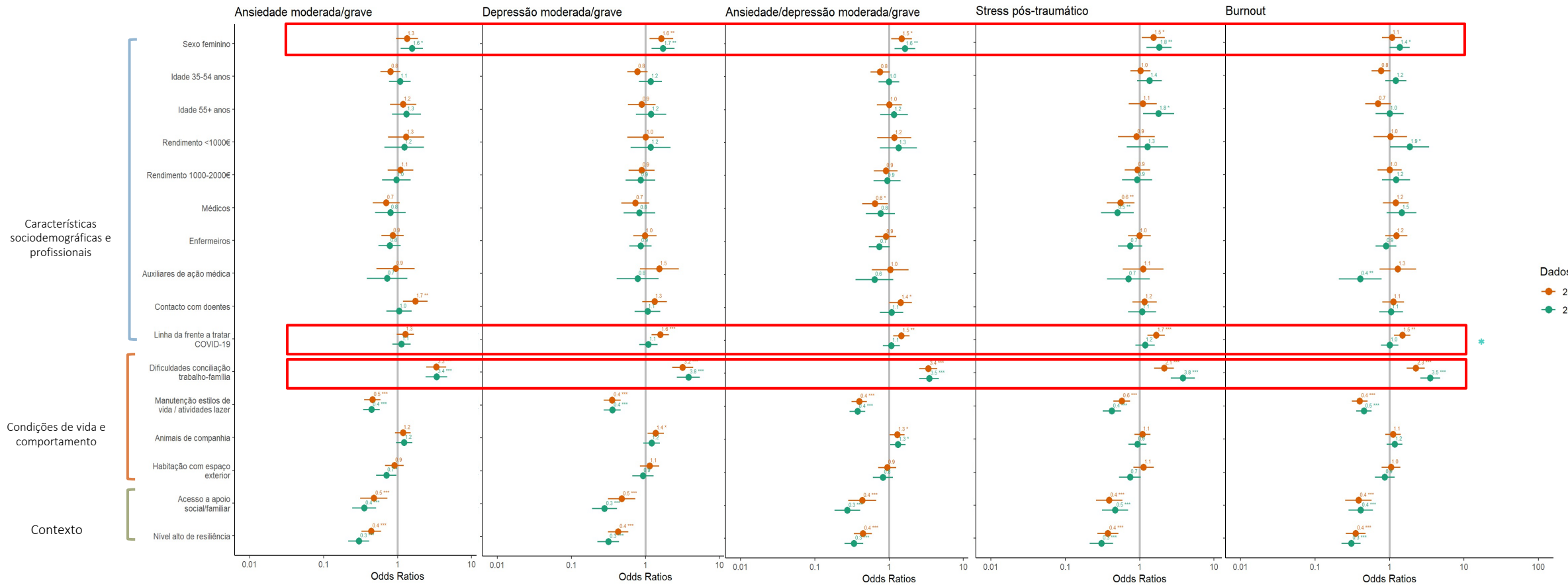


*Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II

Resultados | Preditores de sofrimento psicológico



Profissionais de Saúde



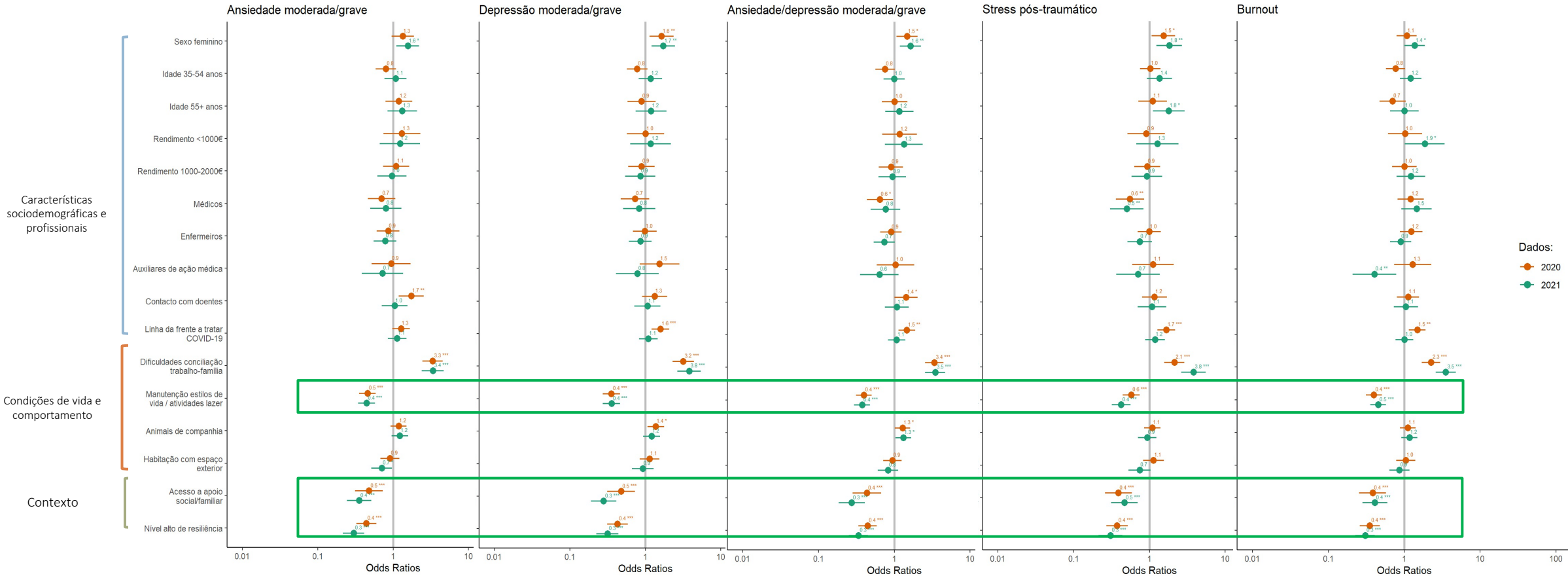
Dados:
● 2020 *
● 2021

— Fatores protetores (Odds Ratio < 1)

Resultados | Fatores protetores



Profissionais de Saúde



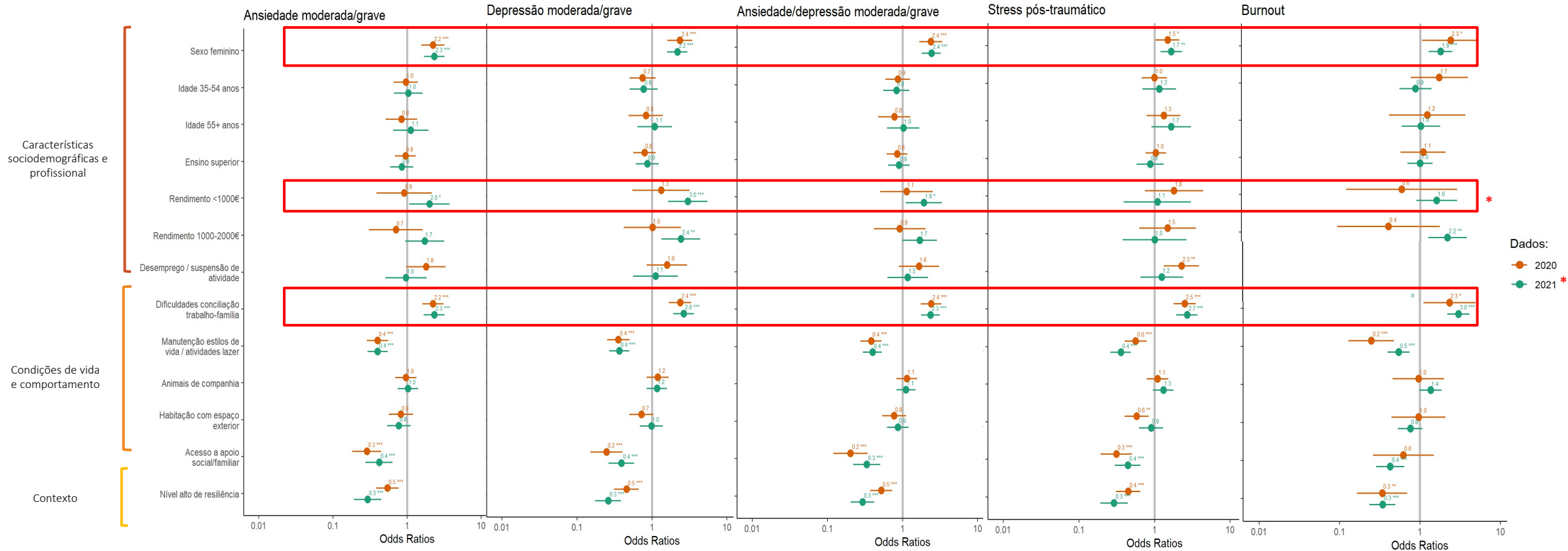
Dados:
● 2020
● 2021

— Fatores protetores (Odds Ratio < 1)

Resultados | Preditores de sofrimento psicológico



População em geral*

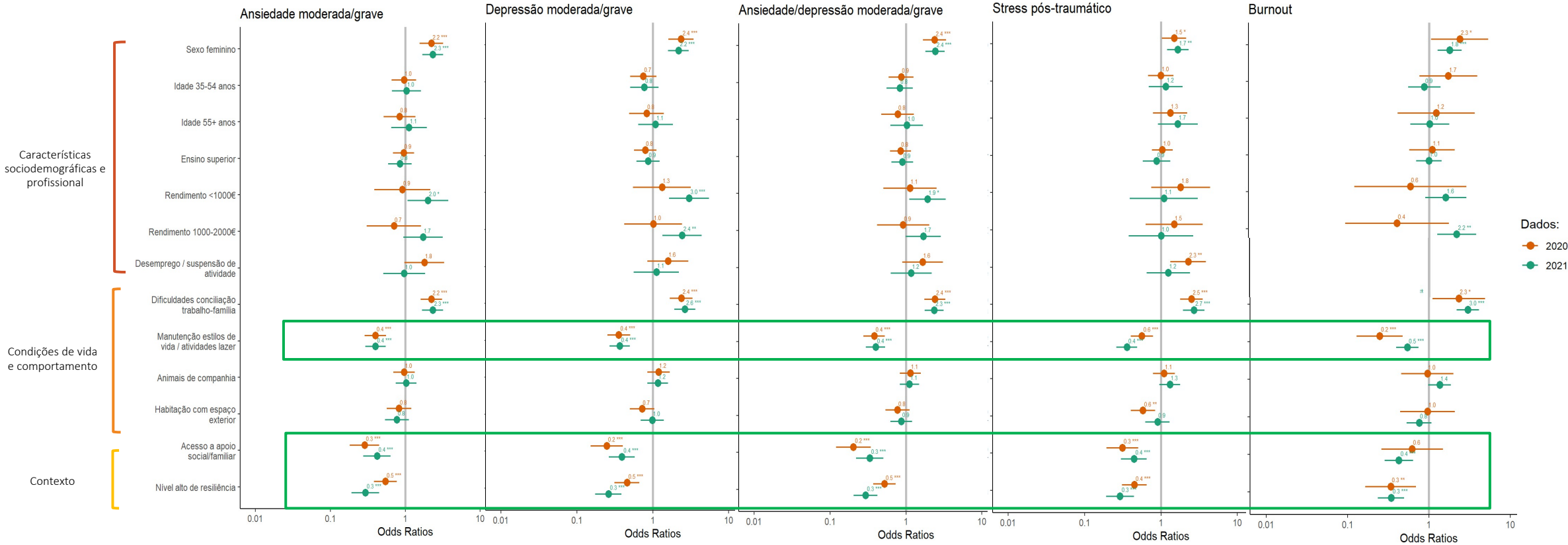


* Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II

Resultados | Fatores protetores



População em geral*



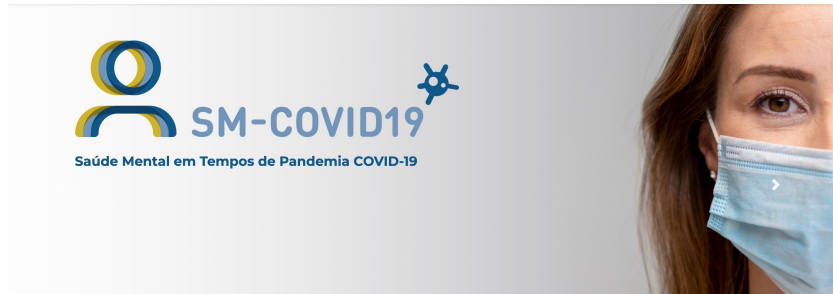
Dados:
● 2020
● 2021

— Fatores protetores (Odds Ratio < 1)

* Amostras ponderadas de acordo com a distribuição por sexo, grupo etário, escolaridade e NUTS II

Conclusões

- ▶ **Taxas elevadas de sofrimento psicológico** nos períodos temporais considerados, sobretudo quando comparadas com as prevalências reportadas anteriormente.
- ▶ **Diminuição nas taxas reportadas**, para sintomas de ansiedade moderada/grave, depressão moderada/grave, ansiedade e/ou depressão e stress pós-traumático, nos **dois grupos amostrais**, bem como na **amostra longitudinal, em 2021**. Na amostra longitudinal, algumas descidas são estatisticamente significativas (ansiedade na população geral e depressão nos profissionais de saúde).
- ▶ Ao contrário dos profissionais de saúde, na **população geral** observou-se um **aumento de queixas de *burnout*** e uma **diminuição da resiliência relatada**.
- ▶ As **mulheres** são um grupo particularmente vulnerável, assim como aqueles que reportam **rendimentos mais baixos**.
- ▶ A percepção de **dificuldades de conciliação trabalho-família** são mais frequentemente associadas com sintomas de ansiedade e depressão moderada a grave, stress pós-traumático e *burnout*, em **ambos os grupos**.
- ▶ Por outro lado, alguns dos determinantes são **protetores para a saúde mental e bem-estar**, nomeadamente a **manutenção de estilos de vida/atividades de lazer**, bem como o **suporte social percebido elevado** e um **nível alto de resiliência**.



Recomendações



Promoção | Capacitar cidadãos e aumentar a coesão social

- **Literacia** em saúde mental
- **Promoção de hábitos saudáveis** ligados à saúde mental (alimentação, atividade física, sono, etc.)
- Fortalecer a **atuação intersetorial** para a promoção da saúde mental a **nível local**



Prevenção | Identificar e intervir atempadamente em grupos vulneráveis

- Promover **rastreios** de saúde mental (centros de saúde, lares, ensino, contexto laboral)
- Serviços de saúde **“pró-ativos”** (*outreaching* em **grupos vulneráveis**)
- Reforço das **redes de suporte social** e outras (e.g. autoajuda, ONGs, Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis)



Intervenção | Aposta em cuidados de saúde mental

- **Distribuição adequada de recursos multidisciplinares** nos serviços locais de saúde mental
- Alargar a Rede Nacional de Cuidados Continuados e Integrados de Saúde Mental (RNCCISM)
- Integração de **tecnologias de saúde digital** promovendo a prestação de **cuidados de saúde mental personalizados**

OBRIGADA!



<https://sm-covid19.pt/>

