Resumo nº 19

PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIFICAÇÃO DOS PROFISSIONAIS QUE ATUAM EM DESASTRES: ESTUDO MISTO INTERVENTIVO

Isadora Godinho Pereira[1] Thiago Paim Alflen[2] Paula Cristiana Klainpaul Fiorenza[2] Letícia de Lima Trindade[3]

1 Bolsista PROBIC/UDESC/CEO

2 Acadêmicos de Enfermagem UDESC/CEO

4 Professora Coordenadora do projeto UDESC/CEO

INTRODUÇÃO: Os desastres constituem eventos complexos, imprevisíveis e de elevado impacto social, exigindo dos profissionais envolvidos uma resposta rápida, integrada e tecnicamente qualificada. Trabalhadores que atuam nesses cenários, especialmente aqueles vinculados à proteção social, emergência e saúde, são frequentemente expostos a situações de intensa carga emocional, envolvendo sofrimento humano, contato direto com vítimas e familiares, tomada de decisões sob pressão, jornadas prolongadas, escassez de recursos materiais e humanos e necessidade constante de adaptação diante de condições adversas. Essas características tornam esses profissionais vulneráveis ao desenvolvimento de respostas de estresse e ao comprometimento da saúde mental (Pereira; Queirós, 2021; Jilou *et al*., 2021). Em contextos de desastre, o estresse está relacionado ao desequilíbrio percebido entre as demandas da situação e a capacidade do indivíduo para lidar com elas. Quando essas exigências são intensas, persistentes ou ultrapassam os recursos adaptativos disponíveis, podem ocorrer repercussões físicas, psicológicas e comportamentais, comprometendo o bem-estar, as relações interpessoais, a tomada de decisão e o desempenho profissional (Pereira; Queirós, 2021). Além da exposição aos eventos traumáticos, profissionais que atuam nesses cenários convivem frequentemente com o sofrimento de vítimas e familiares, condição que pode favorecer o desenvolvimento da Fadiga por Compaixão (FC), descrita por Figley (1995) como o "custo do cuidar". Esse fenômeno refere-se ao impacto emocional decorrente da exposição contínua ao sofrimento de outras pessoas, sendo particularmente relevante entre profissionais cuja prática envolve cuidado direto em situações traumáticas. Tem-se como objetivo relatar o desenvolvimento do *Massive Open Online Course* (*MOOC*) intitulado "Gestão do stress e coping de Profissionais que atuam em desastres".

DESENVOLVIMENTO: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir da participação de uma acadêmica como integrante da equipe de apoio na implementação e disseminação do *MOOC*. A atuação esteve especialmente concentrada na etapa final do curso, envolvendo ações relacionadas à organização, divulgação e disseminação do conhecimento produzido no âmbito da formação. O curso integra o *Health Work International Project* e compõe o Programa Formativo Promoção da Saúde de Profissionais que Atuam em Cenários de Desastre, sendo o segundo curso de uma trilogia formativa desenvolvida para profissionais expostos a contextos de crise e desastre. O programa formativo foi desenvolvido a partir de uma iniciativa internacional voltada à qualificação de profissionais envolvidos em cenários de desastre, contando com financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação do Estado de Santa Catarina (FAPESC), com bolsa de iniciação científica PIBIC/CNPq.

RESULTADOS: O *MOOC* disponível no endereço eletrônico *https://www.nau.edu.pt/pt/curso/gestao-do-stresse-e-coping-de-profissionais-que-atuam-em-desastr/,* tem como propósito ampliar conhecimentos e competências relacionados à promoção da saúde mental, ao autocuidado e ao fortalecimento da resiliência de trabalhadores que atuam em situações de elevada exigência emocional. O curso tem como público-alvo profissionais com formação de nível médio ou superior, especialmente aqueles da área da saúde ou que atuam em situações de desastre, emergência, crise ou outros contextos profissionais caracterizados por elevada demanda física e emocional. Com foco na compreensão do estresse, da FC e das estratégias de coping, o curso busca desenvolver competências para o reconhecimento dos fatores de risco e proteção associados ao estresse ocupacional, estimular práticas de autocuidado e fortalecer recursos individuais e profissionais para uma atuação mais segura, resiliente e promotora de saúde mental. A experiência de participação na equipe de apoio do curso "Gestão do Stress e Coping de Profissionais que Atuam em Desastres" evidenciou a relevância de iniciativas educativas direcionadas à promoção da saúde mental de profissionais expostos a cenários de elevada exigência física, emocional e cognitiva. Embora os estudos sobre desastres frequentemente concentrem-se nos impactos sobre as populações afetadas, torna-se fundamental ampliar a atenção aos trabalhadores envolvidos na resposta a esses eventos, considerando que a exposição contínua ao sofrimento humano, à imprevisibilidade das situações, à necessidade de tomada de decisão sob pressão e às limitações estruturais pode favorecer o desenvolvimento de estresse ocupacional, FC e outros agravos relacionados à saúde mental. Nesse contexto, o curso apresenta-se como uma estratégia de educação em saúde e qualificação profissional voltada ao fortalecimento de competências necessárias para o enfrentamento das demandas presentes em situações de crise e desastre. A formação foi estruturada a partir da compreensão de que a preparação dos profissionais não deve se restringir aos aspectos técnicos e operacionais da resposta ao desastre, mas também contemplar dimensões relacionadas ao autocuidado, à regulação emocional, ao reconhecimento dos sinais de sofrimento e ao desenvolvimento de recursos individuais e coletivos de proteção. O curso "Gestão do Stress e Coping de Profissionais que Atuam em Desastres" tem demostrado o potencial enquanto ferramenta de disseminação de conhecimentos relacionados à saúde mental dos trabalhadores. A modalidade Massive Open Online Course possibilita maior alcance e flexibilidade de acesso, permitindo que profissionais com diferentes realidades e inserções ocupacionais pudessem participar do processo formativo de maneira autônoma e adaptada às suas rotinas profissionais. Com carga horária de 8 horas e dedicação estimada de 24 horas, o curso foi organizado em três módulos e sete lições, estruturados de forma progressiva. O Módulo 1 – Compreender o Stresse apresentou os fundamentos conceituais do estresse, suas manifestações físicas, psicológicas e comportamentais, além dos fatores de risco e proteção associados ao adoecimento. O Módulo 2 – Fadiga por Compaixão e Estratégias de Enfrentamento abordou os impactos emocionais relacionados ao cuidado e à exposição ao sofrimento de terceiros, destacando a importância da identificação precoce de sinais de desgaste e da adoção de estratégias protetoras. O Módulo 3 – Estratégias e Dimensões do Coping explorou os mecanismos de enfrentamento utilizados pelos indivíduos diante de situações estressoras, enfatizando sua relação com a adaptação, resiliência e promoção da saúde mental. Durante a atuação como integrante da equipe de apoio, a experiência esteve relacionada principalmente à etapa final de disseminação do curso, contribuindo para ampliar o acesso à formação e fortalecer a circulação de conhecimentos voltados à proteção da saúde dos profissionais que atuam em desastres. Essa participação possibilitou compreender a importância dos processos de organização, divulgação e compartilhamento de ações educativas como componentes essenciais para a efetividade de programas formativos em saúde. A metodologia educacional adotada pelo curso contemplou diferentes recursos pedagógicos, incluindo videoaulas, materiais de apoio, conteúdos complementares e exercícios de consolidação da aprendizagem, favorecendo uma abordagem acessível e interativa. O percurso formativo foi iniciado

por uma avaliação diagnóstica dos conhecimentos prévios dos participantes, seguido por avaliações formativas ao longo das lições, por meio de *quizzes* de aprendizagem, e finalizado com uma avaliação de satisfação e percepção sobre a contribuição da formação. Os conteúdos abordados reforçam que o reconhecimento dos fatores de risco e proteção relacionados ao estresse, aliado ao desenvolvimento de estratégias de coping e autocuidado, constitui uma ferramenta essencial para reduzir a vulnerabilidade dos profissionais expostos a contextos traumáticos. Dessa forma, o curso contribui para a construção de uma cultura de cuidado direcionada não apenas às vítimas dos desastres, mas também aos trabalhadores responsáveis pela resposta e recuperação desses eventos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: A experiência de apoio na disseminação do *MOOC* "Gestão do Stress e Coping de Profissionais que Atuam em Desastres" evidenciou a relevância de ações formativas direcionadas à promoção da saúde mental dos profissionais expostos a cenários de desastre. A educação permanente em saúde configura-se como uma importante estratégia para o fortalecimento da resiliência profissional, prevenção do adoecimento relacionado ao trabalho e desenvolvimento de competências voltadas ao autocuidado, favorecendo uma atuação mais segura, humanizada e sustentável. O curso destaca-se como uma ferramenta de disseminação de conhecimento científico, contribuindo para a compreensão do estresse, da FC, das estratégias de coping e dos fatores de proteção relacionados à saúde mental dos trabalhadores. Ao abordar a SC como uma dimensão positiva da experiência de cuidar, a formação contribui para o fortalecimento de aspectos protetores associados à prevenção da FC, ao estimular o reconhecimento do significado e do valor do trabalho desenvolvido por profissionais que atuam em situações de crise e sofrimento humano. Além disso, a oferta de conteúdos fundamentados em evidências científicas contribui para reduzir a disseminação de informações inadequadas sobre saúde mental, ampliar o conhecimento dos profissionais e favorecer o desenvolvimento de estratégias mais eficazes para lidar com ambientes de elevada exigência emocional. Dessa forma, iniciativas como essa auxiliam na preparação dos trabalhadores para o enfrentamento de situações adversas, promovendo maior consciência sobre os próprios limites, identificação precoce de sinais de sofrimento e adoção de práticas de autocuidado. A formação também apresenta potencial impacto para a gestão em saúde, ao contribuir para a prevenção de agravos relacionados ao trabalho, redução de afastamentos profissionais e fortalecimento das políticas de valorização e proteção dos trabalhadores envolvidos em respostas a desastres. Além disso, encontra-se alinhada aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente ao ODS 3 – Saúde e Bem-Estar, por promover ações voltadas à saúde mental e qualidade de vida; ao ODS 8 – Trabalho Decente e Crescimento Econômico, ao incentivar ambientes laborais mais seguros e sustentáveis; e ao ODS 16 – Paz, Justiça e Instituições Eficazes, ao fortalecer capacidades institucionais e estratégias de preparação e resposta diante de situações de crise. Assim, a experiência reforça a importância de ampliar iniciativas educativas voltadas aos profissionais que atuam em cenários de desastre, reconhecendo que o cuidado destinado aos trabalhadores constitui elemento fundamental para garantir respostas mais qualificadas, resilientes e humanizadas diante de eventos adversos.

Palavras-chave: Fadiga por Compaixão; Saúde do Trabalhador; Educação Permanente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FIGLEY, C. R. Secondary traumatic stress: self-care issues for clinicians,researchers, and educators. Nova Iorque: Brunner Routledge, v. 279, p. 3–28, 1995

JILOU, V.; et, al. Fatigue due to compassion in health professionals and copingstrategies: a scoping review. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, DF, v. 74,n. 5, p. e20190628, 2021. DOI: 10.1590/0034-7167-2019 0628.

PEREIRA, A., Queirós, C. O Stress e suas consequências na saúde e no bem-estar. In I. Leal & J.L. Pais-Ribeiro (Eds.). *Manual de Psicologia da Saúde,* cap. 19, p.137-145, 2021.