

## O impacto da pandemia COVID-19 na saúde mental da enfermagem: Revisão Integrativa

*The impact of the COVID-19 pandemic on nursing mental health: Integrative Review*

*El impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de enfermería: revisión integradora*

**Resumo:** Objetivo: Este estudo teve como objetivo analisar a produção científica sobre o impacto da pandemia de covid-19 na saúde mental das equipes de enfermagem e as estratégias usadas para o enfrentamento. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados: LILACS, MEDLINE, BDNF, PUBMED, SCOPUS e COCHRANE. Foi utilizado para busca o Portal de Periódicos da CAPES e a Biblioteca Virtual da Saúde (BVS). O material pesquisado e utilizado na estruturação do estudo foi composto por 07 artigos publicados no ano de 2020 últimos que mencionaram a respeito da saúde mental das pessoas e o combate ao agente patogênico que são os focos primários de atenção de gestores e profissionais da saúde. Resultados: A pesquisa trouxe como foco principal o estresse e a ansiedade que interferem diretamente na saúde desses profissionais neste novo contexto de pandemia em que as equipes de enfermagem enfrentam diariamente situações que impactam diretamente na sua saúde mental. Dessa forma, sugere-se a implementação de medidas para mantê-los saudáveis. Conclusão: Os impactos da pandemia de COVID-19 que comprometem a saúde mental das equipes de enfermagem estão ligados às alterações comportamentais como ansiedade, insônia, exaustão extrema, estresse. Os fatores de enfrentamento desse processo estão no gerenciamento da sua saúde mental, o bem-estar psicossocial, criação de espaços nos locais de trabalho que possam ser redutores de sinais e sintomas que agravam a saúde mental desses profissionais. Portanto, é preciso considerar a importância do trabalho da equipe de enfermagem, principalmente, em situações emergentes. Além das condições de trabalho adequadas, o apoio psicossocial na preservação da saúde mental destes profissionais é essencial para os trabalhadores e para a qualidade do cuidado prestado.

**Descritores:** COVID-19; Pessoal da saúde; Adaptação psicológica; Saúde Mental

**Abstract:** Objective: This study aimed to analyze the scientific production on the impact of the covid-19 pandemic on the mental health of nursing teams and the strategies used to cope with it. Methodology: This is an integrative literature review carried out in the following databases: LILACS, MEDLINE, BDNF, PUBMED, SCOPUS and COCHRANE. The CAPES Journal Portal and the Virtual Health Library (VHL) were used to search. The material researched and used in structuring the study was composed of 07 articles published in the year 2020, which mentioned about people's mental health and the fight against pathogens, which are the primary focus of attention of managers and health professionals. Results: The research focused mainly on stress and anxiety that directly affect the health of these professionals in this new context of pandemic in which nursing teams face daily situations that directly impact their mental health. Thus, it is suggested the implementation of measures to keep them healthy. Conclusion: The impacts of the COVID-19 pandemic that compromise the mental health of nursing teams are linked to behavioral changes such as anxiety, insomnia, extreme exhaustion, stress. The factors for coping with this process are in managing their mental health, psychosocial well-being, creating spaces in the workplace that can reduce signs and symptoms that aggravate these professionals' mental health. Therefore, it is necessary to consider the importance of the work of the nursing team, especially in emerging situations. In addition to adequate working conditions, psychosocial support in preserving the mental health of these professionals is essential for workers and for the quality of care provided.

**Descriptors:** COVID-19; Health personnel; Psychological adaptation; Mental health

**Resumen:** Objetivo: Este estudio tuvo como objetivo analizar la producción científica sobre el impacto de la pandemia covid-19 en la salud mental de los equipos de enfermería y las estrategias utilizadas para enfrentarla. Metodología: Se trata de una revisión integradora de la literatura realizada en las siguientes bases de datos: LILACS, MEDLINE, BDNF, PUBMED, SCOPUS y COCHRANE. Para la búsqueda se utilizó el Portal de Revistas CAPES y la Biblioteca Virtual en Salud (BVS). El material investigado y utilizado para estructurar el estudio estuvo compuesto por 07 artículos publicados en el año 2020, que mencionaban sobre la salud mental de las personas y la lucha contra los patógenos, que son el principal foco de atención de los gestores y profesionales de la salud. Resultados: La investigación trajo como foco principal el estrés y la ansiedad que afectan directamente la salud de estos profesionales en este nuevo contexto pandémico en el que los equipos de enfermería enfrentan situaciones cotidianas que impactan directamente en su salud mental. Por ello, se sugiere la implementación de medidas para mantenerlos saludables. Conclusión: Los impactos de la pandemia COVID-19 que comprometen la salud mental de los equipos de enfermería están vinculados a cambios conductuales como ansiedad, insomnio, agotamiento extremo, estrés. Los factores para afrontar este proceso están en la gestión de su salud mental, bienestar psicossocial, creando espacios en el lugar de trabajo que puedan reducir los signos y síntomas que agravan la salud mental de estos profesionales. Por tanto, es necesario considerar la importancia del trabajo del equipo de enfermería, especialmente en situaciones emergentes. Además de unas condiciones laborales adecuadas, el apoyo psicossocial en la preservación de la salud mental de estos profesionales es fundamental para los trabajadores y para la calidad de la atención brindada.

**Descriptores:** COVID-19; Personal de salud; Adaptación psicológica; Salud mental

<sup>1</sup>Erlaine Divina Silva Campidelli

Aluna do Curso de Graduação em Enfermagem 9º período do Centro Universitário UNA Barreiro

E-mail: [erlainecampideli01@gmail.com](mailto:erlainecampideli01@gmail.com)

<sup>1</sup>Flávia Cristina Peres Oliveira

Aluna do Curso de Graduação em Enfermagem 9º período do Centro Universitário UNA Barreiro

E-mail: [flavia.cperes@yahoo.com.br](mailto:flavia.cperes@yahoo.com.br)

<sup>2</sup>Paula Adriana de Freitas Silva

Orientadora da Produção Científica apresentada ao Curso de Enfermagem 9º período do Centro Universitário UNA Barreiro – Belo Horizonte MG, como requisito parcial para aprovação na disciplina Projeto de TCC.

## Introdução

Em 31 de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS), registrou informações acerca da ocorrência de um surto de uma doença de etiologia desconhecida em trabalhadores e frequentadores de um mercado de frutos do mar localizado na cidade de Wuhan, província de Hubei, China. Os pacientes apresentavam sintomas respiratórios semelhantes a outras doenças de mesma natureza, no entanto, durante a investigação, foi atestada a presença de um vírus nunca antes visto em humanos, o qual foi denominado pela OMS de coronavírus, SARS-CoV-2 (Síndrome Respiratória Aguda Grave), causador da doença COVID<sup>1</sup> (coronavírus disease19).

O coronavírus é uma patologia responsável por causar síndromes respiratórias e gastrointestinais, tratando-se de um RNA vírus da ordem Nidovirales da família Coronaviridae. Quando infectam humanos, sua sintomatologia é do resfriado comum, podem levar a infecções graves principalmente em grupos de risco: os portadores de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, asma, doença pulmonar obstrutiva crônica, pessoas acima de 60 anos, gestantes, puérperas e crianças menores de 5 anos. Em 11 de março de 2020 a Organização Mundial de Saúde (OMS) caracteriza como estado de pandemia a doença causada pelo novo coronavírus denominada como COVID-19, que trouxe aos serviços de saúde um cenário de ações em assistência e segurança para à comunidade e profissionais <sup>2,3</sup>.

O Brasil apresentou os primeiros casos suspeitos do COVID-19 no início de fevereiro, na cidade de São Paulo. Após um mês, começou-se a identificar os doentes confirmados e óbitos decorrentes da doença, principalmente na região Sudeste e em grandes capitais, espalhando-se por todos os estados brasileiros<sup>1</sup>.

Com o crescente número de casos e da demanda por atendimento, equipes de enfermagem estão na linha de frente da resposta à pandemia COVID-19. Os profissionais da saúde, que atuam na linha de frente estão expostos a diversos fatores que os tornam mais susceptíveis a contaminações pelo coronavírus tais como: maior exposição aos agentes biológicos, extensos períodos de trabalho, manifestações psicossociais, exaustão diante das atividades desenvolvidas, valoração social negativa, afronta e violência emocional<sup>2</sup>. A classe da enfermagem, é representada por inúmeros enfermeiros, técnicos e auxiliares, esses que são responsáveis pelo planejamento e execução das diversas ações voltadas ao processo de restauração da saúde das pessoas. É essencial no processo de organização do sistema social de saúde, essa categoria de profissionais que aceitou o desafio de estar ao lado de pessoas que buscam assistência em saúde<sup>4</sup>.

Nas instituições de Saúde, a enfermagem representa o maior número de profissionais

prestando assistência ao paciente, com um trabalho focado no cuidado ao ser humano. A assistência de enfermagem relaciona-se a diversos fatores, tais como excessivas jornadas de trabalho, o dimensionamento de pessoal e ao grande número de pacientes atendidos, a falta de treinamento para uso de equipamentos de proteção individual (EPIs), descarte ou higienização incorretos dos materiais, podem contribuir para a falta de proteção da saúde no enfrentamento à COVID-19<sup>5</sup>. Todos esses impactos negativos na equipe de enfermagem, reduzem o desempenho e aumentam o índice de acidentes de trabalho ocasionando uma assistência de enfermagem ineficiente<sup>1</sup>.

Soma-se a isso a necessidade de lidar com a perda, com a dor e o sofrimento alheio, o que favorece as manifestações psicossomáticas<sup>4</sup>. “Nessa dimensão, fica evidente que na prática da enfermagem, a assistência apresenta situações de risco, desgaste físico e mental que causam medos e sofrimentos que podem acarretar estresse psicológico elevado, ansiedade e depressão impactando de forma negativa na qualidade da assistência prestada e na segurança do paciente. Assim, torna-se essenciais maiores cuidados com a saúde mental, psicoemocional da equipe de enfermagem, necessitando, de investimentos e ações urgentes e necessárias que a equipe tome as medidas adequadas em termos de melhoria do número de pessoas, organização e condições de trabalho, disponibilizando EPIs em quantidade e qualidade suficientes, e treinamento adequado no uso e descarte. Para que desta forma se respaldem melhores condições de trabalho e melhoria do ambiente”<sup>4</sup>.

Dessa maneira, o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) disponibilizou um canal de atendimento aos profissionais 24 horas, todos os dias da semana, para apoio emocional durante o enfrentamento da pandemia pela COVID-19<sup>5</sup>.

Então, diante das circunstâncias vivenciadas no contexto de coronavírus, qual o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental das equipes de enfermagem e as estratégias de enfrentamento?

Considerando que esse enfrentamento pode impactar na saúde mental dos profissionais de enfermagem, que são a linha de frente desse cuidado, esse estudo se justifica por buscar compreender os fatores relacionados a esse impacto, bem como formas de enfrentá-lo de modo a contribuir com a reflexão e discussão acerca dessa temática, que poderá nortear ações de cuidado a saúde do trabalhador e ampliar os conhecimentos relativos à sua valorização como profissionais que prestam cuidados à vida e à saúde<sup>6</sup>.

Reconhecendo a importância dos profissionais da enfermagem e os riscos de adoecimento psíquico na pandemia, este estudo teve como objetivo identificar a produção científica sobre o impacto da pandemia na saúde mental das equipes de enfermagem, bem como sobre e as estratégias de enfrentamento.

## Material e Método

O método de síntese do conhecimento adotado foi uma revisão integrativa da literatura, que segundo Souza, Silva e Carvalho permite a formulação de conclusões gerais a respeito de determinada área do conhecimento, mediante uma síntese de estudos publicados na perspectiva em estudo<sup>7</sup>.

A pesquisa realizada de acordo com o método de revisão integrativa segue uma ordem para que seja atingido um nível de excelência e alcance o seu objetivo, o estudo compreendeu as seguintes etapas: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou busca na literatura; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos; avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; interpretação dos resultados; apresentação da revisão/síntese do conhecimento<sup>8</sup>.

A questão norteadora da presente revisão foi: qual o impacto da pandemia da COVID 19 na saúde mental das equipes de enfermagem e as estratégias de enfrentamento? Mediante a pergunta de pesquisa e o objetivo, foram definidos os Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) que têm como objetivo uniformizar a linguagem dos artigos indexados nas bases de dados. Foram utilizados os DesCs com o operador booleano AND: COVID-19, Pessoal de saúde, Saúde mental, Adaptação psicológica.

A coleta de dados estruturada foi realizada através de uma busca avançada, uma vez que permite interligar descritores objetivando refinar a pesquisa, nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), National Library of Medicine National Institutes of Health (PubMed), SciVerse (SCOPUS) e COCHRANE.

O processo de seleção dos estudos foi efetuado por meio da leitura minuciosa de títulos e resumos, seguindo os critérios de seleção previamente estabelecidos. Para a definição de critérios de exclusão considerou-se estudos fora do limite temporal, fuga do tema proposto e artigos não disponíveis. Foram excluídos teses, dissertações, artigos não disponíveis na íntegra e estudos duplicados. Como critérios de inclusão, foram utilizados estudos de casos, artigos originais nos idiomas Português, Espanhol e Inglês, publicados no ano de 2020, e que respondem à questão norteadora da pesquisa.

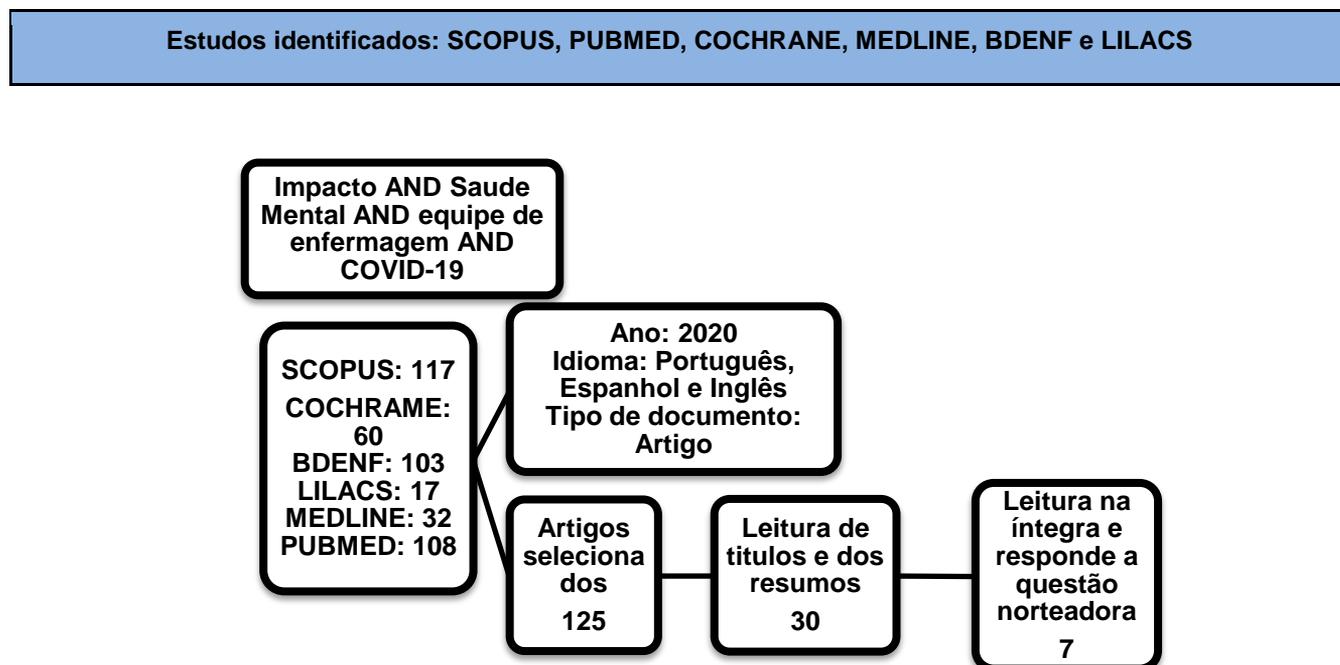
A busca dos estudos nas bases de dados resultou em 437 estudos. Para as bases MEDLINE, LILACS, e BDENF foram utilizadas as estratégias de busca: “Profissionais da saúde” AND “saúde mental” AND “pandemia”. Na MEDLINE após a utilização dos descritores, obtiveram

se 32 estudos que, após a aplicação dos critérios de inclusão, exclusão e a leitura dos artigos, foram selecionados dois estudos como resultado final. Na LILACS, foram identificados 17 estudos que, após todas as análises, foi selecionado um artigo e na BDNF foram 103 estudos, que após as análises restou-se um artigo selecionado.

Para as bases SCOPUS, PUBMED e COCHRANE foram utilizadas as seguintes estratégias: “Health personnel” AND “mental health” AND “pandemic” foram encontrados 117 estudos na SCOPUS, 108 na PUBMED e 60 na COCHRANE. Após aplicação dos critérios de inclusão do estudo e análise dos títulos e resumos, foi selecionado para a leitura um artigo na SCOPUS e dois na PUBMED.

Em resumo, foram identificados 437 estudos, que após a leitura dos títulos e resumos foram rejeitados 356 estudos, que não se relacionavam a pesquisa com base nos critérios de inclusão e de exclusão, restando 81 artigos. Após a realização da leitura na íntegra selecionou-se 125 artigos, destes 20 eram estudos repetidos, 17 estudos incompletos, 45 estudos de outra natureza e fugia do tema proposto, restando 43 estudos com critérios de elegibilidade. Destes, 30 artigos foram incluídos para avaliação, culminando em 07 artigos considerados relevantes para a revisão integrativa (FIGURA 1).

**FIGURA 1**– Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos.



Os dados obtidos foram transmitidos para dois quadros sinópticos, o primeiro contendo título, autores, ano da publicação, nacionalidade, metodologia, já o segundo, contendo as principais respostas à pergunta norteadora do estudo. Após leitura dos artigos selecionados incluídos na revisão, foi realizada uma nova análise crítica e reflexiva dos mesmos e posteriormente, a interpretação dos dados através da síntese do diálogo dos autores selecionados

a apresentação da revisão/síntese do conhecimento para especialistas avaliarem.

O sistema Qualis é um modelo que inclui a avaliação de revistas científicas destinadas a fomentar a produção intelectual. Basicamente, o sistema divide as publicações em várias categorias. Este sistema foi atualizado e conta atualmente com oito níveis: A1 e A2 são os mais destacados, B1 a B5 e C é o menos importante, o que não tem efeito no processo de avaliação.

O nível de evidência para a pesquisa deve ser estabelecido para definir a segurança da aplicabilidade de seus resultados e gerar o estado de conhecimento mais recente sobre o tópico de pesquisa. Para garantir o uso excelente das evidências, é necessária uma hierarquia em que o Nível 1 evidências resultantes da meta-análise de múltiplos estudos clínicos controlados e randomizados; nível 2 evidências obtidas em estudos individuais com delineamento experimental; nível 3 evidências de estudos quase-experimentais; nível 4 evidências de estudos descritivos ou com abordagem qualitativa; nível 5 evidências provenientes de relatos de caso/experiência e nível 6 evidências baseadas em opiniões de especialistas<sup>7</sup>.

## Resultados

A amostra desta revisão integrativa foi composta por 07 estudos que tratam do impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental das equipes de enfermagem. Para apresentação dos estudos escolhidos, foram elaborados dois quadros (**QUADRO 1**), contendo informações sobre o título, autores, ano da publicação, nacionalidade e metodologia; (**QUADRO 2**) contendo os principais resultados de cada estudo. Os mesmos, foram dispostos de forma sequencial para uma melhor visualização das informações.

**QUADRO 1** - Apresentação dos estudos incluídos na revisão integrativa, segundo o título, autores, ano da publicação, nacionalidade, metodologia.

Titulo	Autores	Ano	Nacionalidade	Metodologia
1) Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia COVID-19 em hospital universitário.	Dal'Bosco, e. b. et al.	2020	São Paulo	Artigo de Opinião
2) Projeto vida em quarentena: estratégia para promoção da saúde mental de Enfermeiros diante da COVID-19.	Oliveira et al.	2020	Ceará	Relato de Experiência
3) Impacto da COVID-19 sob o trabalho da enfermagem brasileira: aspectos Epidemiológicos.	Bezerra, G. D. et al.	2020	Brasília	Revisão Integrativa
4) Saúde e segurança de profissionais de saúde no atendimento a pacientes no contexto da pandemia de Covid-19: revisão de literatura	Ribeiro, A. P. et al.	2020	Rio de Janeiro	Revisão de literatura
5) A pandemia de COVID-19, isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento.	Pereira, M. D. et al.	2020	Curitiba	Revisão Integrativa

6) Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao covid-19.	Moreira, A. S.; Lucca, S. R.	2020	São Paulo	Revisão narrativa de análise
7) Prevenção relacionada à exposição ocupacional do profissional de saúde no cenário de COVID-19	Gallasch CH, Cunha ML, Pereira, Las; Silva-Junior JS.	2020	Rio de Janeiro	Revisão integrativa

Para melhor apresentação dos principais resultados de pesquisa, construiu-se um quadro síntese com informações pertinentes ao tema e que respondem à questão norteadora deste estudo.

## QUADRO 2 - Apresentação do quadro com os principais resultados dos estudos selecionados

Nº do Artigo	Resposta à questão Norteadora
1	A pandemia da COVID-19, provoca prejuízo em todo lugar e pessoas, principalmente os profissionais de saúde que estão na linha de frente, afetando sua saúde mental com depressão, medo e ansiedade. E diante desse fato, ressalta a necessidade de valorização desses profissionais.
2	O pânico provocado na quarentena mediante a COVID-19, leva à consequência de alta taxa de sofrimento mental, provocada por falta de EPIs, confirmação de casos aumentados e trabalho com carga exaustiva, frente à tanto paciente infectado.
3	O Brasil teve e tem um desafio muito grande perante a pandemia do COVID-19, e, com os profissionais de saúde, que estão o tempo todo na linha de frente em combate com um vírus totalmente desconhecido, gerando medo, sobrecarga de trabalho, falta de EPIs para sua segurança contra esse patógeno, que gera adoecimento a esses profissionais.
4	O estudo aponta as notificações no desafio frente COVID-19, gerando um outro surto de esgotamento, pânico e adoecimento mental dos profissionais de saúde, que estão desempenhando seu papel no atendimento a esses pacientes contaminados, a escassez de equipamentos individuais, sobrecarga de trabalho, medo de ser infectado e passar para seus familiares.
5	O enfrentamento a COVID-19, diante das más condições de trabalho e dos impactos causados aos profissionais atuantes na linha de frente, traz reflexões importantes acerca da saúde de quem cuida.
6	As condições de trabalho adequadas, o apoio psicossocial na preservação da saúde mental destes profissionais é essencial para os profissionais da enfermagem e para a qualidade do cuidado prestado junto à demanda da pandemia COVID-19.
7	Os cuidados para prevenção de contaminação dos profissionais da enfermagem nesta pandemia pelo novo coronavírus devem ser priorizados, ou seja, prevenção de contágio relacionadas à exposição ocupacional dos profissionais de saúde atuantes frente à COVID-19 deve ser priorizada.

Quanto ao nível de evidência os estudos foram avaliados segundo Souza (2010), que se sustenta na Prática Baseada em Evidências. A distribuição dos estudos, segundo o tipo de estudo ficou da seguinte forma: 05 artigos na categoria de descritivo/qualitativo, com nível de evidência 4; já na categoria narrativo/discursivo tem 02 artigos com o nível de evidência 5.

Em relação à metodologia de estudo as 07 publicações são de natureza qualitativa. Quanto ao tema abordado, os artigos selecionados, de fato, respondiam à questão norteadora ou continham relação direta com a mesma.

### Quadro 3: Artigos quanto ao periódico e Qualis

Periódicos	Quantidade de Artigos	Qualis
Revista Brasileira de Enfermagem	1	A2
Revista Científica Multidisciplinar	1	B5
Revista Enfermagem UERJ	1	B1
Revista Brasileira de Saúde Ocupacional	1	B2
Conselho Federal de Enfermagem -COFEN	1	B1
Revista Research, Society and Development	1	B2

Fonte: Elaborado pelas Autoras, 2021

## Discussão

Os artigos selecionados trazem uma gama de fatores que impactam diretamente na saúde mental dos profissionais da enfermagem que estão à frente no combate à COVID-19 e lidam todos os dias com situações difíceis, como óbito de pacientes, ausência de recursos materiais tais como equipamentos de proteção de uso individual, complexidades dos níveis de gravidade da doença, protocolos novos e uma sobrecarga maior de trabalho<sup>3</sup>. Dessa forma, torna-se imprescindível destacar que a falta de condições adequadas no ambiente de trabalho influencia diretamente na saúde mental dos profissionais de enfermagem.

### 1 – Os impactos da pandemia na saúde mental dos profissionais de enfermagem, relacionados ao medo da doença

A enfermagem está diretamente ligada ao serviço contínuo atuando na linha de frente no atendimento e tratamento dos agravos da COVID 19 e outras doenças junto com outros profissionais da saúde<sup>9</sup>. A ansiedade é um termo com várias definições, como angústia, aflição e perturbação.

Caso esses sintomas fiquem mais intensos no decorrer do dia, é caracterizado transtorno de ansiedade a depressão é um transtorno mental, caracterizado pela perda de interesse em atividades do dia a dia, tristeza persistente, com duração mínima de duas semanas, acompanhada de vários sintomas como: falta de energia, alteração do apetite e do sono, podendo aumentar ou diminuir, pensamento suicida. Diante desse aspecto, o estresse se torna necessário para adaptar-se à novas situações,

sendo uma reação biológica, ou seja, reação natural do organismo que ocorre quando vivenciamos situações de perigo ou ameaça. Esse mecanismo nos coloca em estado de alerta ou alarme, provocando alterações físicas e emocionais. Sendo assim, a reação ao estresse é uma atitude biológica necessária para a adaptação às situações novas<sup>10</sup>.

Os profissionais da saúde também costumam vivenciar estresse e ansiedade no contexto de pandemias, como: risco aumentado de ser infectado, adoecer e morrer; possibilidade de infectar outras pessoas; sobrecarga e cansaço; vivenciar as mortes em grande número; sentimento de impotência diante de tantos casos apesar de todo trabalho e esforços; sofrem agressões verbais e até físicas por pessoas que buscam atendimento e não podem ser acolhidas pela falta de estrutura do sistema de saúde; isolamento de família e amigos; e a vivenciar a morte de vários amigos profissionais pela COVID-19<sup>9</sup>.

Na busca constante pela qualidade e boa prestação no serviço, sofre-se grande pressão psicológica e sobrecarga no ambiente de trabalho, contribuindo para o estado mental desequilibrado, gerando estresse, ansiedade e depressão nos profissionais. Com a pandemia que está sendo enfrentada, vem o medo e a insegurança de encarar o desconhecido agravando ainda mais o estado psicológico da classe<sup>1</sup>.

Profissionais vêm sendo desanimados, forçados a não interagir com familiares e amigos próximos e com outras pessoas, o que faz aumentar o sentimento de isolamento e tristeza. Os protocolos de atendimento, tem tido mudanças constantes na prática do atendimento ao paciente<sup>11</sup>.

Devido a novas descobertas sobre a COVID-19; administrar o estresse e bem-estar físico e mental é de extrema importância para manter a equipe protegida contra ansiedade, depressão e estresse crônico isso garante segurança para os profissionais desempenharem suas funções<sup>9</sup>.

Mesmo diante da diminuição de infecção pelo coronavírus no mundo, ainda sim teve as consequências relacionadas a saúde mental dos profissionais, podendo mostrar grandes danos a longo prazo, fazendo se necessário ações estratégicas individuais e em grupo, não negligenciando a saúde para que não haja mais danos emocionais a classe<sup>1</sup>.

Sabe-se que a pandemia da COVID-19, provoca prejuízo em todo lugar e pessoas, principalmente os profissionais de saúde que estão na linha de frente, afetando sua saúde mental com depressão, medo e ansiedade. E diante desse fato, ressalta a necessidade de valorização desses profissionais reconhecendo a prioridade no cuidado da sua disposição física e mental, sendo como urgente e vital na atualidade e deve ser um dos alicerces da resiliência em uma sociedade que enfrentará inúmeros desafios como resultado dessa pandemia por COVID-19, que ainda não se sabe quando findará, nem ao menos quais serão as sequelas definitivas na Saúde Mental dos profissionais de saúde que estão trabalhando de maneira tão intensa<sup>1</sup>.

A falta de maiores informações e capacitação atualizadas; o medo de perder a fonte de renda; a angústia pelo distanciamento dos entes queridos; sofrimento de lembranças vividas anteriormente e o estigma do preconceito em relação aos profissionais que atuam na linha de frente aos pacientes com COVID-19, são situações impactantes da pandemia na saúde mental dos profissionais de enfermagem<sup>9</sup>.

Proporções maiores de pressão e medo em ser acometido pela doença. Essas condições suscitam a necessidade de maior gerenciamento da sua saúde mental com fatores que potencializem o bem-estar psicológico, tais como atividade desenvolvendo valores como o altruísmo, crença na ciência, fé e esperança. Diante dessas condições, sugere-se que os conselhos de classe da enfermagem iniciem um plano de contingência para o suporte psicoemocional pós pandemia para os trabalhadores da enfermagem<sup>11</sup>.

## **2 – Os impactos da pandemia na saúde mental dos profissionais de enfermagem, relacionados à falta de condições de trabalho adequadas**

O impacto da COVID-19 na saúde mental da equipe de enfermagem se deve, aos diversos fatores como sobrecarga de forma exacerbada, ocasionando em fadiga e cansaço; exposições a pressão do ambiente e cobranças internas e externas que acarreta na frustração por não conseguir salvar vida e lidar com a morte<sup>11</sup>.

Os profissionais de saúde, e de modo especial, os profissionais de enfermagem enfrentam desafios adicionais durante surtos de doenças infecciosas, incluindo a sobrecarga de serviço, escassez de recursos humanos e materiais, incerteza da eficácia de tratamentos utilizados e ainda preocupações com o gerenciamento da própria saúde, e a de seus familiares e pacientes<sup>1</sup>.

Estes profissionais têm que lidar com as mudanças frequentes dos protocolos de atendimento, devido a cada descoberta sobre as formas de transmissão do vírus<sup>12</sup>.

Dentro dessa pressão, os profissionais da área de enfermagem podem sofrer o impacto da síndrome de Burnout. Quando se é exigido um alto nível de condição física e emocional do trabalhador. A Burnout é caracterizada por sentimentos de esgotamentos ou falta de energia<sup>13</sup>.

A partir daí, percebe-se a urgência de intervenções voltadas a esses profissionais com sintomas psicológicos intensificados e impactantes, além de estratégias para o enfrentamento e o autocuidado<sup>12</sup>.

Segundo o Conselho Nacional de Enfermagem, a classe convive com diversos problemas, entre eles; a sobrecarga de trabalho, más condições de trabalho, a falta de recursos e a baixa valorização profissional, incluindo ainda questões como preconceito de gênero, de liderança, de regulamentação e o acúmulo de múltiplas funções<sup>5</sup>.

A grande quantidade de profissionais contaminados e afastados do trabalho causa maior sobrecarga nas equipes de saúde o que colabora para o esgotamento psíquico e gera estresse ocupacional causando exaustão psíquica, gerada pelas incertezas no enfrentamento da pandemia da COVID-19 refletindo assim na saúde mental dos profissionais da enfermagem<sup>14</sup>.

Diante de vários relatos concordam e reforçam que outros fatores devem ser levados em consideração, tais como: o adoecimento psíquico, as manifestações de transtornos de ansiedade generalizada, depressão, alterações na qualidade do sono, Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC), ataques de pânico, síndrome de Burnout ou esgotamento profissional, Transtorno do Estresse- Pós Traumático (TEPT), podendo chegar até a casos de suicídio<sup>15</sup>.

Com atuação em diversas linhas no combate à pandemia do novo coronavírus, as equipes de enfermagem se apresentam de forma semelhante a outros momentos que marcaram a história, em que epidemias e catástrofes surgiram, arriscando-se para prestar assistência à saúde, expondo se ao vírus SARS-CoV-2, diante das exaustivas jornadas de trabalho<sup>9</sup>.

Diante dessa exposição, pode-se destacar os saberes e práticas instituídas por Florence Nightingale na Guerra da Criméia, em 1854, descrevendo a prática da enfermagem a partir dos serviços prestados na Criméia, evidenciando que o trabalho realizado durante a guerra teve um impacto muito maior do que simplesmente a ação de reorganizar a enfermagem e salvar vidas. Havia uma sobrecarga de trabalho em que as enfermeiras voluntárias trabalhavam arduamente para aliviar o sofrimento dos doentes e feridos<sup>13</sup>. Nesse contexto, compara-se, portanto, a fase de sobrecarga mental da enfermagem em tempos de pandemia COVID-19<sup>16</sup>.

A sensibilização das equipes de Enfermagem quanto a notificação de irregularidades e de casos é um importante recurso para que haja a intensificação de medidas fiscalizatórias e adesão efetiva das medidas preventivas preconizadas, e conseqüentemente haverá preservação de vidas dos profissionais de Enfermagem e comunidades sob seus cuidados<sup>14</sup>.

### **3 - Estratégias de enfrentamento para diminuir os impactos da emergência do novo coronavírus na saúde mental da equipe de enfermagem**

A Constituição Federal Brasileira de 1988 e a Convenção nº 155 da Organização Internacional do Trabalho (OIT) ratificada pelo Brasil, estabelece a responsabilidade das instituições de trabalho em relação à saúde e segurança do trabalhador<sup>9</sup>.

Diante desse aspecto, deve oferecer estratégias de promoção e prevenção à saúde mental dos trabalhadores. E além disso, é necessário compreender os fatores psicossociais relacionados ao sofrimento no trabalho, como a falta de EPIs; o medo de ser contaminado; a falta de suporte; a preocupação com a família, principalmente, com os filhos; a sobrecarga de trabalho relacionada a maior demanda e maior jornada de trabalho<sup>9</sup>.

É necessário que se implante planos de ações visando minimizar as manifestações psicológicas, durante ou entre os períodos de trabalho, manter alguma forma de contato com suas famílias, evitando o excesso de informações; organizando o tempo para fazer o que gosta e caso se sinta deprimido, sobrecarregado, estressado ou ansioso procure ajuda de colegas de trabalho, familiares, chefia ou profissionais especializados<sup>12</sup>.

No enfrentamento a COVID-19, as equipes de enfermagem estão na linha de combate para a terapêutica, sendo os responsáveis pelo cuidado, na entrada e em todo o processo de atendimento nos diversos serviços de saúde, de forma ininterrupta<sup>14</sup>.

Segundo o Conselho Federal de Enfermagem, no Brasil são mais de 2 milhões de profissionais, entre técnicos de enfermagem e enfermeiros. A maioria trabalha em unidades assistenciais, na docência, na gestão dos serviços e em atividades de pesquisas, essenciais para a saúde das pessoas e no combate à pandemia de Covid-19<sup>5</sup>.

Mediante recomendações da OMS, pelo *Centers for Disease Control* (CDC) e pelo MS uma das prioridades na gestão do enfermeiro, no cuidado ao indivíduo com COVID-19, é realizar capacitações de maneira contínua, dessa forma, estruturar treinamentos nos ambientes de trabalho, de preferência, antes de se iniciar as atividades com os pacientes diagnosticados ou suspeitas, à medida que surjam as necessidades e atualizações neste contexto<sup>17</sup>.

Destaca-se, também, o papel do enfermeiro diante do cuidado com a equipe de saúde, sobretudo, ao estresse psicológico desses profissionais, envolvendo o receio da contaminação. Os treinamentos podem oferecer uma ação com impacto positivo sobre essa questão, sentindo-se mais seguros e certos de que tudo o que é necessário para se protegerem seria disponibilizado, capotes, máscaras cirúrgicas e a máscara N95<sup>9</sup>.

Por isso, é imprescindível que os profissionais de enfermagem se preparem para enfrentar esta ameaça, buscando a informação sobre os fatores de risco e de proteção em relação à pandemia e o que ela acarreta em suas rotinas, buscando estratégias de enfrentamento, como apoio psicológico especializado, atendimento por telefone que realiza escuta diferenciada, sigilosa e gratuita, realização de práticas integrativas complementares como Yoga, Reiki, entre outras, e realização de exercícios de relaxamento, a procura por serviços públicos de saúde mental disponíveis para obterem melhoria em suas condições de trabalho e, sua saúde física e mental<sup>18</sup>.

Consideravelmente vê-se que há necessidade de os gestores de saúde garantirem estratégias e políticas públicas que viabilizem a saúde e integridade da equipe de enfermagem em resposta à atual pandemia, ou seja, priorizar a saúde mental dos profissionais de enfermagem<sup>9</sup>.

O enfrentamento a COVID-19, diante das más condições de trabalho e dos impactos causados aos profissionais atuantes na linha de frente, traz reflexões importantes acerca da saúde de quem cuida. Dessa forma, percebe-se a necessidade de garantir uma comunicação clara e informativa sobre estratégias para redução dos sintomas de sofrimento psíquico, além de

fornecer o fundamental suporte psicológico e social para esses indivíduos em vulnerabilidade<sup>1</sup>.

## **Conclusão**

Pode-se concluir que os profissionais da enfermagem que estão atuantes na linha de frente em meio à pandemia de COVID-19, encontram-se numa fase de sobrecarga mental devido à preocupação, trabalho excessivo, ansiedade e depressão diante da grande incidência de mortes diárias e longos turnos de trabalho. Sendo assim, esses profissionais que estão vivenciando essa pandemia estão mais propensos a desenvolver problemas psíquicos como a depressão.

Todos os trabalhadores que respondem a pandemia da COVID-19 devem ter acesso a fontes de apoio psicossocial. Isso deve ter a mesma prioridade que garantir sua segurança física por meio de conhecimento e equipamentos adequados. Sempre que possível, garanta uma revisão regular do status psicossocial dos trabalhadores da linha de frente para identificar riscos, problemas emergentes e ajustar a resposta às suas necessidades.

Nesse contexto, esses profissionais da enfermagem, mais do que nunca, necessitam de um olhar mais sensível voltado às suas necessidades físicas, mentais e espirituais. Medidas para mantê-los saudáveis devem ser realizadas, desde a melhoria das condições de trabalho até a disponibilidade de recursos para prestação da assistência, treinamentos adequados, otimização das exaustivas jornadas de trabalho e meio propício ao descanso dos profissionais.

Portanto, é preciso considerar a importância do trabalho da equipe de enfermagem em todos os tipos de serviços de saúde, principalmente, em situações emergentes, como a situação atual que é a pandemia COVID-19. Por isso, além das condições de trabalho adequadas, o apoio psicossocial na preservação da saúde mental destes profissionais é essencial para os trabalhadores e para a qualidade do cuidado prestado.

## Referências

1. Dal'Bosco, e. B. Et al. Revista Brasileira de Enfermagem. Saúde mental da enfermagem no enfrentamento do covid-19 em um hospital universitário regional, outubro de 2020. Issn issn. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434> >. Acesso em: 17 de outubro de 2020.
2. Silva AWC, Cunha A, Alves GC, Corona RA, Dias CAG, Nassiri r; et al. Perfil epidemiológico e determinante social do covid-19 em Macapá, Amapá, Amazônia, Brasil. Revista científica multidisciplinar núcleo do conhecimento [internet]. 2020 [acesso em 07 outubro de 2020]; 04 (04): 05-27. Disponível em:<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/covid-19-em-macapa>
3. Gallasch CH, Cunha ML, Pereira, LAS; Silva-Junior Js. Prevenção relacionada à exposição ocupacional do profissional de saúde no cenário de covid-19. Revista Enfermagem UERJ [internet]. Rio de Janeiro. 2020(acesso em 11 outubro de 2020). Disponível em: <https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/49596/33146>
4. Silva, L. S. Et al. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional. Condições de trabalho e falta de informações sobre o impacto da covid-19 entre trabalhadores da saúde, 2020. Issn isbn. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2317-6369000014520>>. Acesso em: 20 de outubro de 2020.
5. Conselho Federal de Enfermagem - COFEN. Covid-19 [internet]. 2020 [cited 2020 apr 16]. Available from: <http://www.cofen.gov.br/cofen-disponibiliza-canal-para-ajuda-emocional-a-profissionais-78283.html>. Acesso em 15 de maio de 2021.
6. Pereira, Mara Dantas, et al. A pandemia de covid-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. Trabalho de conclusão de curso realizado com apoio da coordenação de aperfeiçoamento de pessoal de nível superior – Brasil (CAPES) 2020 – Revista Research, Society and Development – <https://rsd.unifei.edu.br/index.php/rsd>. Acesso em 02 de julho de 2021.
7. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein [internet]. 2010 [acesso em 12 maio de 2020]; 8 (1): 102-106. Disponível em: [https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt\\_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf](https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf) 12.
8. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto & contexto – enfermagem, Florianópolis [internet]. 2008 [acesso em 07 de maio de 2020]; 17(4):758-64. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=s0104->
9. Ribeiro, A. P. Et al. Revista brasileira de saúde ocupacional. Saúde e segurança de profissionais de saúde no atendimento a pacientes no contexto da pandemia de COVID 19: revisão de literatura, 2020. ISSN ISBN. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369000013920>>. Acesso em: 07 de outubro de 2020.
10. Moreira, A. S.; Lucca, S. R. Scielo. Fatores psicossociais e síndrome de Burnout entre os profissionais dos serviços de saúde mental, 2020. ISSN ISBN. disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1518-8345.4175.3336> >. acesso em: 07 de outubro de 2020.
11. Oliveira, W. A. Et al. Scielo. Impactos psicológicos e ocupacionais das sucessivas ondas recentes de pandemias em profissionais da saúde: revisão integrativa e lições aprendidas, 2020. ISSN ISBN. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200066>>.

Acesso em: 23 de setembro de 2020.

12. Pereira, M. D. Et al. Scielo Preprints. A pandemia de COVID-19, isolamento social,

consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa, 2020. ISSN ISBN. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/scielopreprints.493>>. Acesso em: 13 de outubro de 2020.

**13.** Azoulay, E. Et al. Anais de terapia intensa. Sintomas de Burnout em especialistas de unidade de terapia intensiva diante do surto de covid-19, 2020. ISSN ISSN. Disponível em: <<https://doi.org/10.1186/s13613-020-00722-3>>. Acesso em: 7 de outubro de 2020.

**14.** Bezerra, G. D. Et al. Revista de Enfermagem Atual. O impacto da pandemia por covid 19 na saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa, p. 20, abril 2020. Disponível em: <<https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/758/714>>. Acesso em: 10 de outubro de 2020.

**15.** Huang, Y.; Zhao, N. Sciene Direct. Transtorno de ansiedade generalizada, sintomas depressivos e qualidade do sono durante o surto de COVID-19 na China: uma pesquisa transversal baseada na web, 2020. ISSN ISBN. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>>. acesso em: 17 de outubro de 2020.

**16.** Oguisso T. Florence Nightingale. in: Oguisso T, organizador. Trajetória histórica e legal da enfermagem. São Paulo (SP): Manole; 2005. p.59-97.

**17.** Organização Mundial de Saúde (OMS). Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS). *folha informativa - COVID 19*. [acessado 05 maio 2020]. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&item\\_id=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&item_id=875). [links] [os-cuidados-psicologicosum-guia-para-trabalhadores-de-campo&itemid=839](#).

**18.** Moreira, A. S.; Lucca, S. R. Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao COVID-19, 2020. Revisão integrativa de literatura. Apoio psicossocial-saude-mental-profissionais-enfermagem-combate-covid-19.pdf. Acesso em 02 de julho de 2021.

**19.** Galvão, Cristina Maria. Revisão Integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enferm. 17(4): 758-64, 2008.