

OS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NA LINHA DE FRENTE DA PANDEMIA DA COVID-19: revisão sistemática de literatura¹

Amanda Felipe Trindade

Diane Eduarda Da Silva

Isadora Santana Pimenta

Stefhany Nunes dos Santos Gomes

RESUMO

O presente trabalho discute os impactos na saúde mental dos profissionais de enfermagem na linha de frente da pandemia da Covid-19. Com objetivo de identificar os possíveis efeitos da Covid-19 na saúde mental desses profissionais, buscou caracterizar emoções, sentimentos e comportamentos gerados na equipe de profissionais de saúde e também pensar em intervenções que propiciem uma melhora na saúde mental destes profissionais. Ansiedade, angústia, depressão, insônia, apatia, irritabilidade, desânimo são desenvolvidos em alguns destes profissionais. Os serviços de saúde ganharam um novo panorama que enquadram ações em saúde e segurança, propondo a realização de algumas atividades como: divulgação de informações adequadas da doença, execução de lives e vídeos, expressão de sentimentos e comportamentos, atendimento por telefone, exercícios de relaxamento, prática de exercícios físicos, filmes, livros, músicas, estar com os familiares. Sendo assim, os cuidados para prevenção desses impactos devem ser priorizados, evitando efeitos negativos na vida desses enfermeiros, priorizando a saúde mental de forma eficaz.

Palavras-chaves: Saúde mental. Covid-19. Pandemia. Impactos psicológicos. Intervenções.

1. INTRODUÇÃO

O vírus da Covid-19 chegou ao Brasil no ano de 2020, momento esse em que o mundo tem passado por intenso desafio no contexto de saúde pública. O surgimento da doença tem afetado e impactado de forma extremamente negativa a vida dos indivíduos, incluindo abalos na carreira dos profissionais de saúde que trabalham na linha de combate ao vírus. Entre esses profissionais, chama a atenção a figura do enfermeiro.

Segundo Teixeira *et al.* (2020), lidar com a doença tem sido um grande desafio, pois além do cuidado com as pessoas contaminadas pelo vírus, temos também um expressivo número de infectados, onde os profissionais de enfermagem devem estar aptos para enfrentar o peso dessa problemática. Com os profissionais da enfermagem, a preocupação se tornou recorrente, visto que estão no contato inicial do diagnóstico.

Diante desse cenário de calamidade global de saúde, tem sido discutido sobre os agravos da saúde mental em profissionais de enfermagem no cenário hospitalar, pois mesmo

¹Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Superior UNA de Catalão – UNACAT, como requisito parcial para a integralização do curso de Psicologia, sob orientação da professora especialista Lucas

antes tendo que lidar com vários obstáculos de saúde, o dia a dia desses profissionais eram percebidos como “normais” e inclusive como problemas “comuns”. Todo o aspecto global desses profissionais mudou, pois antes a rotina seria cuidar dos pacientes e assim que finalizassem sua carga horária de trabalho, seguiam para suas casas.

A partir disso, elaborou-se a seguinte interrogação: De que maneira a Covid-19 tem impactado a saúde mental dos profissionais da enfermagem que estão diante ao vírus? Quais são as consequências na vida destes profissionais em decorrência da Covid-19?

Sendo assim, esse projeto de pesquisa tem por finalidade abordar possíveis impactos ocasionados pela Covid-19 em profissionais da enfermagem que estão diante ao risco, analisando a saúde mental destes. É importante evidenciar a relevância da saúde mental para o bem-estar biopsicossocial, diante da exposição a uma epidemia que automaticamente tem gerado diversas mudanças na vida destes profissionais, como: estresse, ansiedade, frustração, exaustão física e mental, sentimento de impotência e insegurança profissional (TEIXEIRA *et al.*, 2020).

Portanto, para que o profissional de enfermagem consiga exercer seu papel e todas suas habilidades e competências, torna-se necessário ter uma boa saúde mental para assim lidar com as adversidades e situações que implementam o exercício desta profissão (TEIXEIRA *et al.*, 2020). Vários desafios têm interferido na função do responsável que está adiante a Covid-19 e no cuidado com o outro, podendo ser citado: 1) o esgotamento profissional como um desses desafios, visto que tem afetado estes profissionais devido à exaustão extrema, 2) a sobrecarga e 3) a sensação de impotência diante da letalidade relativa à doença, tendo como sintoma principal a depressão que decorre do ambiente de trabalho (TEIXEIRA *et al.*, 2020). A busca por ajuda psicológica e psiquiátrica tem aumentado de forma expressiva, a fim de amenizar o quadro de sofrimento dos que estão acometidos por depressão e ansiedade, diante das dificuldades que contribuem para estes reveses de saúde.

Nesse sentido, o interesse por essa temática é transparecer sobre a importância do trabalho dos profissionais de enfermagem que estão na linha de frente, que dão suporte e apoio a sociedade e a equipe. A mudança da rotina está acontecendo na vida de todos, devido ao isolamento social que é o meio de evitar e prevenir a doença, porém na vida destes profissionais ainda existe o alto risco de contaminação, por lidar diretamente com essa problemática todos os dias e não ter a opção de exercer seu trabalho em home-office, sabendo que no atual cenário vem sendo um meio bastante utilizado por vários profissionais de outras áreas.

Assim, objetivou-se nesse trabalho: 1) Identificar os possíveis efeitos da Covid-19 na saúde mental dos profissionais da enfermagem, que estão na linha de frente da pandemia; 2) Caracterizar emoções, sentimentos e comportamentos gerados; 3) Propor intervenções que propiciem uma melhora na saúde mental destes profissionais.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. O que é Coronavírus, também conhecido como Covid-19?

A doença do coronavírus (Covid-19) é uma doença infecciosa resultante de um vírus recém-descoberto. O surto do vírus iniciou-se na China em 2019 e não se presumia que seria no mundo inteiro (DUARTE *et al.*, 2020).

No Brasil o primeiro caso registrado foi no mês de fevereiro de 2020, em um homem de 61 anos que estava voltando de uma viagem na Itália. A partir de então, a quantidade de pessoas infectadas foram só aumentando (DUARTE *et al.*, 2020).

Pessoas que são infectadas por este vírus apresentam sintomas de leve a moderado, porém, pessoas com comorbidade têm grandes chances de complicações que podem causar a morte. O vírus é transmitido por tosse, espirros ou exalação na qual pequenas gotículas podem fazer outras pessoas serem contaminadas, e por esse motivo é recomendado as precauções e prevenções que se tornam de extrema importância (DUARTE *et al.*, 2020).

Portanto, caso o sujeito não seja contaminado pelo vírus de forma direta, poderá ser contaminado indiretamente quando entrar em contato com superfícies que foram infectadas e aproxima-se a mão do nariz, boca ou olho (DUARTE *et al.*, 2020).

No Brasil o afastamento social foi adotado como medida de prevenção da disseminação da Covid-19, o que tem resultado em crises econômicas, devido ao fechamento dos comércios que são considerados como não essenciais e as reduções de horários para comércios essenciais como: supermercados, postos de abastecimento, farmácias etc. (DUARTE *et al.*, 2020).

De acordo com Wilder-Smith e Freedman (2020), o distanciamento é a diminuição dos contatos e da aproximação física entre as pessoas, com o intuito de reduzir a velocidade de contágio e o isolamento como uma das formas de separar as pessoas já infectadas daquelas assintomáticas. O objetivo do isolamento é mitigar a circulação de pessoas que possam ter sido potencialmente expostas à doença, para não infectar outras. Para isso, torna-se importante discutir a respeito dos impactos da pandemia na saúde mental da equipe de enfermagem.

2.2. Impactos da vivência da pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde

Neste momento de pandemia, nota-se que as pessoas desenvolvem tantos sentimentos quanto sintomas que as levam em uma condição de alerta, pois não conseguem ter controle geral decorrente a situação que vivenciam. A pandemia por acarretar um adoecimento mental que se presencia no atual momento, também traz consequências podendo desencadear alguns efeitos pós-traumáticos, além dos sintomas observados tais como: incerteza, ansiedade, medo, nervosismo, preocupação(DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

Lamentavelmente a população brasileira e o Sistema Único de Saúde (SUS) não estavam preparados para enfrentar essa epidemia e por isso constata-se que o impacto psicossocial ocasionado nas pessoas está relacionado com as consequências da pandemia e a exposição das mesmas(DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

A enfermagem caracteriza a maior parte de profissionais de saúde, do qual seu exercício é focado na atenção ao sujeito, abrangendo o paciente e profissional. Operam de forma constante e ajustada visando à precaução, melhoria e tratamento das necessidades em saúde da comunidade, contribuindo com os outros profissionais da saúde a fim de garantir bem-estar no serviço prestado (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

O trabalho da equipe de enfermagem propõe capacidade técnica, científica, prática, informação e controle emocional no exercício da profissão, considerando que a intervenção desse trabalho expresse situações de risco, desgaste, deveres com as pessoas, encarando inquietações, dúvidas e preocupações (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

O sofrimento que muitos enfrentam não podem ser ignorados, neste momento o psicólogo poderá fortalecer a equipe do hospital, realizando atendimento e acolhimento para os sentimentos advindos dessas pessoas. Por isso, a pandemia poderá atingir os indivíduos de variadas formas, no qual cada sujeito apresentará efeitos diferentes(DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020). É notório que as informações que muitos recebem não são favoráveis e trazem consequências para essas pessoas, afetando a saúde mental delas.

Mais do que nunca, a comunidade hoje precisa ter informações seguras e confiáveis em vez de informações com aspectos negativos amedrontando, trazendo dúvidas e medo. Diante disso, evidencia-se o papel fundamental dos profissionais de saúde, como o psicólogo, a fim de atender todas as demandas trazidas e oferecendo apoio psicológico. Porém, com estes recursos online os atendimentos passaram a ficar limitados presencialmente, na qual o psicólogo e a pessoa se encontram virtualmente (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

A pandemia da Covid-19 apenas evidenciou ainda mais a saúde psíquica dos profissionais atuantes, pois já vem com uma ascendência do qual sofriam com a precarização de equipamentos suficientes e adequados, portanto o local de trabalho já vem sofrendo vários problemas estruturais(SOUZA *et al.*, 2021). Os funcionários da saúde pública e privada sofrem com a sobrecarga de terem que fazer horas extras, devido à grande demanda de trabalhadores para estar frente à pandemia.

O uso do Equipamento de Proteção Individual (EPI) serve para proteger, entretanto mesmo com o uso, ainda assim existe medo e insegurança pelo alto risco de contaminação ao realizar o descarte do equipamento que foi utilizado. Os salários nem sempre condizem com o empenho destes profissionais que carecem reconhecimento profissional e social uma vez que trabalham incansavelmente a fim de serem reconhecidos como heróis (SOUZA *et al.*, 2021).

A Covid-19 traz com ela o efeito do adoecimento psíquico, visto que com o isolamento social gerou o distanciamento das famílias, de entrever o processo de morte de inúmeras pessoas. Contudo, conseguir manter a estrutura diante do medo e da sensação de que a qualquer momento podem contrair o vírus e vivenciar a morte de colegas de trabalho, aumentam ainda mais o adoecimento psíquico(SOUZA *et al.*, 2021).E devido todas essas variantes é de suma importância o papel do psicólogo para com a equipe que estão expostos ao vírus.

2.3. O papel do psicólogo no apoio emocional a equipe multidisciplinar

O ambiente hospitalar é um espaço em que vários sentimentos são expostos pelos pacientes, familiares e equipe. Lá se encontram sentimentos que levam estes a situações vulneráveis e de bastante angústia, pois estão sendo guiados para uma rotina totalmente diferente com as de seus costumes diários (SALDANHA; ROSA; CRUZ, 2013).

Como um membro da área da saúde, o psicólogo atua sendo mediador entre pacientes e profissionais que desempenham os procedimentos técnicos, em favor da saúde e agrado dos pacientes que ali estão (SALDANHA; ROSA; CRUZ, 2013). O diálogo e a troca de informações são de extrema importância neste contexto, visto que o profissional da psicologia depende desta interação para através disso conhecer a demanda do paciente, visando seu bem-estar biopsicossocial (SALDANHA; ROSA; CRUZ, 2013).

Muitas das vezes estes pacientes colocam em risco sua evolução de tratamento, mesmo que inconsciente, pois fora do atual contexto em que estão inseridos hoje, tinham uma

rotina completamente diferente da que estão vivenciando no ambiente hospitalar, o que resulta na regressão do tratamento em que estão submetidos (SALDANHA; ROSA; CRUZ, 2013).

De acordo com Campos (1995), o psicólogo como profissional atua tanto na promoção de saúde, quanto na prevenção do tratamento. Sabemos que além do sofrimento emocional, existe também o sofrimento orgânico, sendo ele o que acontece de maneira natural, desatado do sofrimento psíquico do paciente (SALDANHA; ROSA; CRUZ, 2013). O comportamento do profissional nesse contexto de pandemia tornou-se uma novidade, devido à intervenção psicológica estar voltada para emergências, desastres, morte, luto e até mesmo o atendimento virtual (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

É possível perceber que toda a população em geral está enfrentando momentos de medo, estresse, pressão, ansiedade e depressão (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020). A psicologia hospitalar está voltada diretamente aos profissionais de saúde, na qual estão no comando ao enfrentamento a Covid-19, voltando sua atenção aos pacientes e famílias (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

Os psicólogos hospitalares a fim de preservarem sua saúde, pensando em uma melhor estratégia para acompanhar essas pessoas, estão realizando os atendimentos via online. Somente em casos de consulta, o psicólogo deverá seguir com o atendimento de forma preventiva, com utilização de máscara e mantendo o distanciamento necessário (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020). Uma situação considerada delicada é o fato de o paciente estar contaminado e não poder receber visitas, devido ao grande risco de contágio, nesse caso é descartada toda a possibilidade de contato com outras pessoas. Então, o psicólogo entra neste momento com o intuito de trabalhar a aflição desse paciente, permitindo que o mesmo faça contato com seu ente por ligação ou chamadas de vídeo, a fim de amenizar seu sofrimento (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

2.4. A Psicologia da Saúde

O psicólogo da saúde estuda o comportamento humano, buscando compreender o progresso da doença, seus comportamentos e as diversas variáveis psicológicas sobre a conservação da saúde (ALMEIDA; MALAGRIS, 2011). Ao referir sobre a psicologia da saúde, concerne as aplicações dos conhecimentos e técnicas psicológicas, relacionadas às doenças e os cuidados com a saúde mental dos indivíduos, visando compreender e atuar sobre a conexão entre comportamento, saúde e doença (ALMEIDA; MALAGRIS, 2011).

Nesse sentido a psicologia da saúde tem como objetivo a manutenção e promoção da saúde, de forma a prevenir doenças e transtornos mentais, criando estratégias para evitar o surgimento das mesmas (ALMEIDA; MALAGRIS, 2011). As intervenções e projetos são criados para amenizar e auxiliar no manejo ou enfrentamento das psicopatologias existentes, além de contribuir para melhoria do bem-estar e da qualidade de vida do sujeito, podendo assim colaborar nas relações de equipes multidisciplinares dos profissionais da saúde, servindo como mediadores entre pacientes e profissionais (ALMEIDA; MALAGRIS, 2011).

Desde o início da pandemia da Covid-19, os profissionais da saúde têm enfrentado problemas com o alto risco de contaminação da doença, que tem gerado distanciamento social e morte entre as pessoas, por estarem expostos diretamente aos pacientes infectados, sendo necessário adotar medidas para controle da assolação (TEIXEIRA *et al.*, 2020).

Desse modo, é importante destacar sobre a formação de ações para promoção e proteção da saúde mental destes profissionais, visando um suporte psicológico com acolhimento, intervenções como forma de prevenir e diminuir os danos psicossociais na saúde dos trabalhadores (TEIXEIRA *et al.*, 2020). O afastamento social tem sido uma das medidas mais importantes e eficazes para redução do avanço da doença, além do uso correto de máscara, higienização das mãos e equipamentos de proteção individual como: luvas, protetores faciais, óculos etc. Sendo algo novo para a sociedade, o distanciamento traz consigo intenso sofrimento psíquico que se expressa no medo de transmissão e infecção, gerando insegurança, ansiedade, insônia, raiva, solidão e angústia (TEIXEIRA *et al.*, 2020).

2.5. Intervenção da Psicologia junto aos profissionais de saúde

A Psicologia alterou sua forma de trabalho através do modelo online, como uma ferramenta facilitadora para os processos. O suporte online é um meio para continuação do acompanhamento terapêutico com ênfase na saúde mental do indivíduo, no qual mesmo com alguns obstáculos enfrentados tanto pelo psicólogo como pelo paciente, esse formato possibilita o seguimento do atendimento (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

A aplicação da ferramenta online para prosseguir com os suportes devido à pandemia, se acentuou bastante. Profissionais da linha de frente precisam mais do que nunca desses atendimentos frente a toda e qualquer situação que a pandemia cause. Desta forma, as intervenções devem alcançar também estes profissionais, visando sempre a qualidade de vida dos mesmos, através do acolhimento psicológico, que irá promover a escuta ativa, que tem como objetivo lidar com o sentimento e ansiedade do sujeito, para assim proporcionar técnicas

que minimizem esses sentimentos, a fim de promover a reconstrução do sujeito e manter a promoção de saúde, mesmo enfrentando essa pandemia (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020).

O profissional de psicologia além de prestar atendimento aos pacientes e familiares, devem olhar também para sua equipe de saúde como um todo. É primordial a atuação do psicólogo no manejo do sofrimento psíquico da equipe, através da investigação de possíveis sentimentos provocados pelo contexto social em que estão inseridos, o apoio aos mesmos e a orientação na administração tanto dos pensamentos e comportamentos (CAURIN *et al.*, 2021). Além do psicólogo hospitalar lidar com o sofrimento dos pacientes e familiares, percebe-se também sentimentos que a própria equipe demonstra, na qual o psicólogo executa seu trabalho considerando cada membro da equipe de forma individual, compreendendo suas particularidades e auxiliando tanto o paciente, quanto a família e a sua equipe de forma equilibrada e saudável (CAURIN *et al.*, 2021).

3. ESTUDO DE CASO

3.1. Metodologia da pesquisa

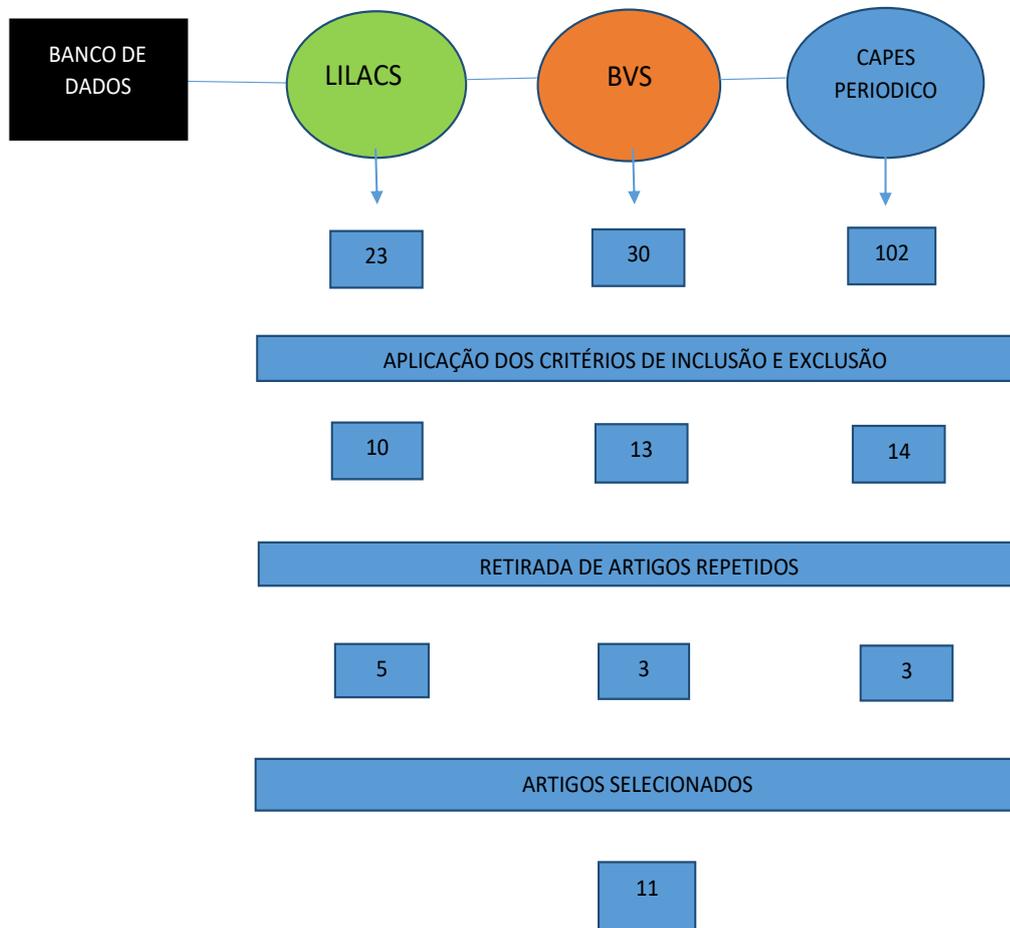
Trata-se de uma pesquisa qualitativa feita a partir de uma revisão sistemática de literatura. A realização desse trabalho iniciou-se com a coleta de dados bibliográficos, baseados na compreensão de estudos do novo Coronavírus (Covid-19), bem como seus impactos na saúde mental dos profissionais que estão frente a pandemia, desde o levantamento de dados da revisão de literaturajá existentes sobre o tema.

A pesquisa foi feita através de materiais virtuais por meio de artigos relacionados ao tema. As plataformas digitais utilizadas foram: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Periódicos Capes. Foram selecionados artigos de 2010 a 2020 com as seguintes palavras chaves analisadas nos descritores: impactos, enfermagem e Covid-19.

Realizou-se a coleta de dados no mês de setembro de 2021. Inicialmente foram feitos os levantamentos bibliográficos e a leitura dos artigos que atendiam aos critérios de inclusão, tais como artigos originais, completos e atuais, relevante ao tema. Foram adotados como critério de exclusão: pouca relevância, fuga total ao tema e artigos repetidos.

A seguir temos o fluxograma 1, que foi realizado a partir dos resultados encontrados nas buscas feitas nos bancos de dados acima mencionados.

Fluxograma 1. Estudos identificados através de pesquisas em bases científicas



Fonte: elaborado pelas autoras (2021).

3.2. Apresentação dos resultados

Os enfermeiros, como um dos que atuam na linha de frente, perceberam uma mudança significativa em sua atuação, porém grande parte permaneceu apesar de todo esgotamento emocional e físico. Além do medo dos profissionais de si contaminarem, transmitirem e levarem o contágio da doença, também é um momento marcado pela aflição da desconhecida doença (RIBOLI; ARTHUR; MANTOVANI, 2020).

Enfermeiros italianos relatam que inúmeras pessoas foram confirmadas com a doença e o quão difícil foi lidar com essa questão. Receber a notícia que um colega de trabalho poderia ser contaminado ou vir a óbito trazia grande preocupação e sobrecarga. Então, esses enfermeiros decidiram apoiar uns aos outros em vez de lastimarem (RIBOLI; ARTHUR; MANTOVANI, 2020).

Foi apontando em um estudo realizado na China, que médicos e enfermeiros em hospitais que auxiliam pessoas com Covid-19, expressam sintomas de angústia, ansiedade, depressão e insônia, levando a adoção de intervenções para garantia do bem-estar mental desses profissionais, com uma atenção especial para as mulheres que estão na frente ao vírus (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Ainda nessa perspectiva, a admissão em mais de um emprego e o acréscimo na jornada de trabalho são alguns dos desafios que esses profissionais têm presenciado, colaborando para o desgaste profissional, exaustão e o adoecimento de muitos destes trabalhadores (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

De acordo com a variabilidade ou piora do estado de saúde dos pacientes, foi relatado que profissionais de enfermagem com ansiedade, em sua maior parte, são técnicos em cargo assistencial, que atuam em setores críticos, e também concursados que trabalham na área da saúde há mais de 10 anos (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

A exibição aos riscos de infecções, uso contínuo de equipamentos de proteção individual (EPIs), distância da família, fadiga física e mental são fatores apresentados para aqueles que estão na linha de frente (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

Percebe-se a proporção da ocorrência de ansiedade em enfermeiros nos hospitais privados e públicos. No primeiro, cuja condição de trabalho apresenta baixa remuneração, falta de estabilidade no emprego e mudanças inesperadas de função, compreende-se um alto índice de ansiedade em profissionais de enfermagem. Já nos hospitais públicos, pelo fato dos profissionais possuírem firmeza em seus empregos e quase não terem demissões, há uma menor ocorrência de ansiedade (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

Demonstrou-se que 31,0% dos profissionais de enfermagem apresentam quadro depressivo, o que é explicado devido à natureza do trabalho, ou seja, pelo fato de lidar com alguns aspectos como dor, sofrimento e morte cotidianamente (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

O acompanhamento diário a pacientes graves, cuidados intensos e sobrecarga de trabalho, contribuem para o desenvolvimento de ansiedade e depressão, devido a exibição diária dos profissionais de enfermagem frente a essas situações (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

Outra pesquisa indica que apatia, irritabilidade, desânimo, ansiedade e depressão pode ser provocada quando o profissional está realizando o seu serviço, trazendo esse esgotamento físico, emocional e mental (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

Afinal, a ansiedade e a depressão podem apresentar diversas expressões nesses profissionais de enfermagem, influenciando diretamente além da vida profissional, a vida pessoal também, abatendo-os. Por isso, é primordial que esses colaboradores priorizem sua

saúde como forma de minimizar o desgaste profissional, adquirindo estratégias que possam reduzir esse desgaste e exaustão que é particular da área da saúde (DAL’BOSCO *et al.*, 2020).

É inevitável citar que os serviços de saúde ganharam um novo panorama que enquadram ações em saúde e segurança voltada aos diversos profissionais envolvidos nos cuidados à população diante desta pandemia (GALLASCH *et al.*, 2020).

Em razão da grande preocupação social e profissional que este cenário apresenta, há uma tamanha exigência de reavaliação dos protocolos para prevenção da Covid-19 entre os trabalhadores expostos ao vírus durante suas ocupações laborais (GALLASCH *et al.*, 2020).

Alguns transtornos na organização do trabalho como o enorme número de lotação das unidades de saúde, falta de leitos e materiais como respiradores mecânicos, são aspectos que afetam a saúde das equipes de assistência na situação de pandemia (GALLASCH *et al.*, 2020).

Em concordância com a necessidade de assegurar a proteção individual dos profissionais que possam ser infectados, se torna crucial a execução de medidas de prevenção e controle de contaminação ocupacional nos serviços de saúde. Esses serviços carecem de métodos que orientem prontamente suas equipes sobre os casos suspeitos ou confirmados, com objetivo de reduzir o contato de risco da doença (GALLASCH *et al.*, 2020).

Para todos aqueles que ficam expostos ao risco, é indicado o controle e supervisão observando a ocorrência de sintomas que podem ser um sinal de alerta quanto à Covid-19 (GALLASCH *et al.*, 2020).

Quando há o adoecimento dos profissionais, se torna responsabilidade dos gestores dos serviços de saúde desenvolverem um plano de ação e estabelecerem um fluxo de condutas. Recomenda-se a restrição ao trabalho para impedir uma possível transmissão para pacientes ou colegas de trabalho realizando uma quarentena de 14 dias após o último dia de exposição a um paciente com diagnóstico confirmado pelo vírus (GALLASCH *et al.*, 2020).

Os cuidados para promoção da saúde e prevenção de doenças entre os trabalhadores do setor de saúde devem ser priorizados, para que possam manter em movimento o máximo de profissionais exercendo suas funções, evitando impactos negativos desta situação de pandemia (GALLASCH *et al.*, 2020).

É inevitável proferir que a situação é crítica para os profissionais da saúde, especialmente para os enfermeiros que estão na linha de frente do processo de cuidado, encarregados pelo tratamento e atendimento de pacientes com Covid-19. Alguns indicadores como, o grande número de casos confirmados e suspeitos, a carga de trabalho cansativa,

insuficiência em EPI e a falta de medicamentos, podem gerar expressivo sofrimento mental nesses profissionais (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

A Enfermagem possui uma função essencial no combate à pandemia, em virtude de sua capacidade técnica, por se tratar da maior categoria profissional de saúde e a única que está ao lado do paciente diariamente (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Com a finalidade de pensar em formas de intervenções e promoverem a saúde mental neste contexto, se propõe a realização de atividades como: divulgação de informações adequadas da doença, recomendações de cuidados para manutenção da saúde física e mental, execução de lives e vídeos e programas que possam instigar a expressão de sentimentos e comportamentos da comunidade (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Sendo assim, o psicólogo atua visando o atendimento a esses pacientes em complicações de saúde, buscando o bem-estar individual e social, agregando as informações da equipe que está em cuidado com o paciente. O psicólogo tem como responsabilidade o olhar e atenção na escuta, de modo que possa ouvir o sentimento posto pelo paciente frente ao sofrimento, dor e angústia. A psicologia, assim, ocupa um lugar na instituição hospitalar sendo parte de todo o tratamento oferecido ao paciente (SALDANHA; ROSA; CRUZ, 2013).

Segundo Oliveira *et al.* (2020), ao pensar em propostas para as redes sociais, há a elaboração de lives com os seguintes tópicos: Saúde Mental em foco; isolamento social: efeitos, autocuidado e cuidados com o outro; a vida em quarentena e a pessoa com transtorno mental; as emoções e a situação de pandemia; aumento do consumo de álcool e outras drogas; violência doméstica e percepção de tempo e o isolamento social.

Outra atividade é a produção e postagem dos vídeos, na qual se estimula a expressão de sentimentos e atitudes que o sujeito pode ter ao enfrentar a pandemia (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Pensando em minimizar os riscos de impactos psicológicos, sugere as seguintes ações: prática de exercícios físicos, assistir filmes, ler livros, ouvir músicas, estar com os familiares (SANTOS; RODRIGUES, 2020).

Outros aspectos vistos como intervenções é a atenção quanto a estrutura e higiene do ambiente, o cuidado com o próprio indivíduo, manejo adequado de instrumentos e a qualidade do ar e da água, sendo medidas que proporcionam a promoção da saúde, qualidade de vida, prevenção de doenças, transmissão do vírus e agravamento de patologias (SILVA-FILHO *et al.*, 2020).

O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), relata suas maiores preocupações com os profissionais de enfermagem quanto ao uso de Equipamentos de Proteção Individual(EPIs)

e se estão de fato preparados para o uso desses equipamentos, a capacitação para os protocolos determinados pelo Ministério da Saúde (MS), como estão as condições emocionais para prestarem uma assistência de qualidade para os pacientes e principalmente a atenção em relação à própria saúde mental. Desse modo, o COFEN possibilita um canal de atendimento 24h, todos os dias da semana, para que os profissionais de enfermagem possam procurar atendimento e ajuda emocional em meio a esse contexto (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

Diante dessa nova vivência que a pandemia trouxe, há um espaço no que diz respeito ao equilíbrio entre as necessidades internas e externas (trabalho, ambiente etc.) dos trabalhadores que estão à frente no combate da Covid-19, com foco àqueles que estão no cuidado contínuo aos pacientes (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

Assim sendo, entende-se que há uma tamanha necessidade dos profissionais de enfermagem se prepararem para enfrentarem esta situação, buscando primeiramente informações seguras sobre os fatores de risco e de proteção e o que a pandemia provoca em suas rotinas (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

Além disso, se torna extremamente essencial a busca de estratégias de enfrentamento como principal meio de intervenção, como apoio psicológico especializado, atendimento por telefone, práticas como Yoga, Reiki, entre outras, exercícios de relaxamento, e procura por serviços públicos de saúde mental disponíveis, a fim de obterem melhoria e aperfeiçoamento em suas condições de trabalho preservando de forma íntegra sua saúde física e mental (DAL'BOSCO *et al.*, 2020).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os cuidados para promoção da saúde e prevenção de doenças entre os profissionais de enfermagem, devem ser priorizados devido a necessidade de manter em atuação o máximo de profissionais em prol da sociedade.

Objetivou-se nessa pesquisa, caracterizar os efeitos da Covid-19 na saúde mental dos profissionais da enfermagem, que estão na linha de frente da pandemia, entendendo as emoções, sentimentos e comportamentos gerados nessa equipe. Ansiedade, angústia, depressão, insônia, apatia, irritabilidade e desânimo são desenvolvidos em alguns destes profissionais. Assim sendo, foi necessário realizar intervenções que propiciem uma melhora na saúde mental.

Por isso, é indispensável que profissionais de enfermagem se preparem para enfrentarem este contexto, buscando informações sobre os fatores de risco e de proteção em

relação à pandemia e o que ela ocasiona em suas rotinas, buscando estratégias de enfrentamento, tais como: divulgações de informações adequadas da doença, execução de lives e vídeos, expressão de sentimentos e comportamentos, atendimentos por telefone, exercícios de relaxamento, prática de exercícios físicos, filmes, livros, músicas e lazer com os familiares a fim de obterem melhoria em suas condições de trabalho e, conseqüentemente, em sua saúde física e mental.

Pode-se dizer, a partir dos resultados encontrados, que a saúde mental abrange entre diversos fatores, a capacidade de sensação e de bem-estar, a habilidade em desempenhar de forma positiva as adversidades e conflitos, o reconhecimento e respeito dos limites, a satisfação em vivenciar, em compartilhar e se relacionar com os outros.

5. REFERÊNCIAS

ALMEIDA, R. A.; MALAGRIS, L. E. N. A prática da psicologia da saúde. **Revista SBPH**, Rio de Janeiro, v. 14, dez. 2011.

CAMPOS, T. C. P. **Psicologia Hospitalar**: a atuação do psicólogo em hospitais. São Paulo: EPU, 1995.

CAURIN, N. B.; SANTANA, A. R.; NEGREIROS, A. B. G.; FERREIRA, M. S.; PEDROSA, V. M. F.; XIMENES, J. M.; MOURA, L. W. F.; RODRIGUES, J. S.; TRAJANO, J. M. S.; ROCHA, A. S. Impactos da pandemia da Covid-19 em profissionais da Psicologia. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e33610414140, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14140>. Acesso em: 15 abr. 2021.

DAL' BOSCO, E. B.; FLORIANO, L. S. M.; SKUPIEN, S. V.; ARCARO, G.; MARTINS, A. R.; ANSELMO, A. C. C. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da Covid-19 em um hospital universitário regional. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73 (suppl 2), 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/ck98YrXKhsh6mhZ3RdB8ZVx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: out. 2021.

DANZMANN, P. S.; SILVA, A. C. P.; GUAZINA, F. M. N. Atuação do psicólogo na saúde mental da população diante da pandemia. **Journal of Nursinhand Health**, v. 10, n. esp. 2020. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/07/1104058/2-atuacao-do-psicologo-na-saude-mental-da-populacao-diante-da-pandemia.pdf>. Acesso em: abr. 2020.

DUARTE, M. Q.; SANTO, M. A. S.; LIMA, C. P.; GIORDANI, J. P.; TRENTINI, C. M. Covid-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 9, p. 3401-3411, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/ghSHWNYkP6gqJm4LQVhkB7g/?lang=pt>. Acesso em: 20 abr. 2021.

GALLASCH, S. H.; CUNHA, M. L. da.; PEREIRA, L. A. de S.; SILVA-JUNIOR, J. S. Prevenção relacionada à exposição ocupacional do profissional de saúde no cenário de Covid-19. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 28, e49596, 2020. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/04/1094830/prevencao-relacionada-a-exposicao-ocupacional.pdf>. Acesso em: out. 2021.

OLIVEIRA, E. N.; COSTA, M. S. A.; MARQUES, N. S.; LOMEIO, R. da C.; NASCIMENTO, P. I. da F. V. do.; RODRIGUES, C. S.; ANDRADE, C. S. G. de.; MOREIRA, R. M. M. Projeto Vida Em Quarentena: Estratégia Para Promoção Da Saúde Mental De Enfermeiros Diante Da Covid-19. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1 (esp.), p. 162-167, 2020. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/4aff/c761d8c08d0ddf628f31b73a562dbe60d2a3.pdf>. Acesso em: out. 2021.

RIBOLI, E.; ARTHUR, J. P.; MANTOVANI, M. de F. No epicentro da epidemia: um olhar sobre a Covid-19 na Itália. **Cogitare Enfermagem**, v. 25, e72955, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72955/pdf>. Acesso em: out. 2021.

SALDANHA, S. V.; ROSA, A. B.; CRUZ, L. R. O Psicólogo Clínico e a equipe multidisciplinar no Hospital Santa Cruz. **Revista SBPH**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 185-198, 2013.

SAMPAIO, R. F.; MANCINI, M. C. Estudo de revisão sistemática: uma guia para síntese criteriosa da evidência científica. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 11, n. 1, p. 89-93, fev. 2007.

SANTOS, M. F. dos.; RODRIGUES, J; F. dos S. Covid-19 e repercussões psicológicas durante a quarentena e o isolamento social: uma revisão integrativa. **Revista Nursing**, v. 23, n. 265, p. 4095-4100, 2020. Disponível em: <http://www.revistanursing.com.br/revistas/265/pg12.pdf>. Acesso em: out. 2021.

SILVA-FILHO, J. A. da.; SILVA, C. F.; ALBUQUERQUE, G. A.; PINTO, A. G. A.; OLIVEIRA, D. R. de.; CAVALCANTE, E. G. R. Recomendações preventivas em tempos de Covid-19 à luz da teoria ambientalista. **Avances em Enfermería**, v. 38 (1 supl), p. 68-73, 2020. Disponível em: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/88076/77269>. Acesso em: out. 2021.

SOUZA, N. V. D. O.; CARVALHO, E. C.; SOARES, S. S. S.; VARELLA, T.C. M. M. L.; PEREIRA, S. R. M.; ANDRADE, K. B. S. Trabalho de enfermagem na pandemia da Covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 42, p. 1-6, 2021.

TEIXEIRA, C. F. S.; SOARES, C. M.; SOUZA, E. A.; LISBOA, E. S.; PINTO, I. C. M.; ANDRADE, L. R.; ESPIRIDIÃO, M. A. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, p. 3465-3474, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/6J6vP5KJZyy7Nn45m3Vfypx/?lang=pt>. Acesso em: 01 abr. 2021.

WILDER-SMITH, A.; FREEDMAN, D. O. Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. **Journal of Travel Medicine**, v. 27, n. 2, 2020.