

Saúde mental dos profissionais de enfermagem no enfrentamento da covid-19: revisão integrativa

Mental health of nursing professionals in coping with covid-19: integrative review

Rodrigo Lima Matos¹, Agnete Troelsen Pereira Nascimento², Manuela Bastos Alves³, Filipe Bonfim Nunes⁴, Rosany Claudia Dantas Pereira⁵

RESUMO

Este estudo teve o objetivo de realizar uma revisão integrativa das principais evidências científicas sobre saúde mental dos profissionais de enfermagem no enfrentamento da COVID-19. Trata-se de um estudo do tipo Revisão Integrativa. A busca dos artigos foi realizada no período de julho a outubro de 2023, através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e suas bases indexadas MEDLINE, LILACS e BDEF – Enfermagem. Foram selecionados 12 artigos, o que culminou em duas categorias: Os impactos da pandemia na saúde mental da equipe de enfermagem e Formas de enfrentamento dos profissionais de enfermagem. Dessa forma, percebeu-se, por meio deste levantamento, que a saúde mental dos profissionais de enfermagem está bastante comprometida devido à situação de pandemia. As formas de enfrentamento que os profissionais enfermeiros utilizavam no momento pandêmico foram diversificadas como práticas espirituais e religiosas, atividade física, alimentação balanceada, suporte com especialistas em saúde mental. A crise global de saúde resultou em impactos físicos, emocionais e psicológicos significativos nesses indivíduos.

Palavras-chave: Pandemia; Infecções por coronavírus; COVID-19; Saúde mental; Profissionais de Enfermagem

ABSTRACT

This study aimed to carry out an integrative review of the main scientific evidence on the mental health of nursing professionals when facing COVID-19. This is a Integrative Review type study. The search for articles was carried out from July to October 2023, through the Virtual Health Library (VHL) and its indexed bases MEDLINE, LILACS and BDEF – Nursing. 12 articles were selected, which ended up in two categories: The impacts of the pandemic on the mental health of the nursing team and Ways of coping for nursing professionals. Thus, it is clear, through this survey, that the mental health of nursing professionals is greatly compromised due to the pandemic situation. The ways of coping that professional nurses used during the pandemic were diverse, such as spiritual and religious practices, physical activity, balanced diet, support from mental health specialists. The global health crisis has resulted in significant physical, emotional and psychological impacts on these individuals.

Keywords: Pandemic; Coronavirus infections; COVID-19; Mental health; Nursing Professionals

¹ Enfermeiro. Universidade do Estado da Bahia (UNEB) Senhor do Bonfim, Bahia, Brasil/ Orcid: <https://orcid.org/0009-0004-4474-4949> E-mail: rodrigolima.pino@gmail.com

² Enfermeira. Mestre em Educação e Diversidade pela Universidade do Estado da Bahia (UNEB). Professora Adjunta do curso de Enfermagem da UNEB. Senhor do Bonfim, Bahia, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8565-653X>. E-mail: atpereira@uneb.br

³ Enfermeira. Doutora em enfermagem pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Professora Adjunto do curso de Enfermagem da Universidade do Estado da Bahia (UNEB) Senhor do Bonfim, Bahia, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4073-5146>. E-mail: manu_bastos28@hotmail.com

⁴ Enfermeiro. Mestre em Ciências da Saúde e Biológicas Universidade do Vale do São Francisco (UNIVASF). Petrolina, Pernambuco, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7900-8811>. E-mail: filipebonfim@hotmail.com

⁵ Enfermeira. Universidade do Estado da Bahia (UNEB) Senhor do Bonfim, Bahia, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2348-6712>. E-mail: rosanydantas@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O dia 11 de março de 2020 marcou a divulgação da primeira pandemia da história causada pelo coronavírus, delineando a disseminação global do SARS-CoV-2, comumente conhecido como COVID-19¹. Passado o primeiro ano da pandemia, o atual cenário brasileiro apontava para um quadro ainda mais caótico, já que o número de mortes só aumentava a cada dia².

A atuação dos profissionais de saúde na linha de frente do combate à doença aumentou a vulnerabilidade ao contágio, sendo que no cenário mundial sua contaminação foi uma realidade. A china registrou, no primeiro momento 23 mortes de profissionais de saúde devido letalidade da doença. Em contrapartida, apesar da forte e acelerada mudança nos perfis de incidência e mortalidade, observou-se que a realidade brasileira apresentava dados discrepantes das estatísticas chinesa³.

Nesse contexto, observa-se que a realidade global bem como a possibilidade de contágio, impactaram na saúde mental dos profissionais de saúde, principalmente enfermeiros que atuavam na assistência direta ao usuário, afetando o estado de bem-estar e a capacidade para executar suas atividades laborais⁴.

No entanto, que as incessantes formações de comportamento pessoal no contexto da pandemia, aliadas à escassez de materiais de proteção referida no início da emergência sanitária, para além do contato regular com situações de doença e morte, desencadearam sofrimento mental nesses profissionais⁵.

Sabe-se, que o trabalho da equipe assistencial exige competência técnico-científica, conhecimento, habilidade e controle emocional sobre a prática visto que a assistência apresenta situações de risco, desgaste físico e emocional, responsabilidades na vida das pessoas, gerenciamento de temores e sofrimentos. Toda essa situação a que o profissional está exposto pode levar ao aparecimento de esgotamento psicológico, alto estresse, ansiedade, depressão. Essas comorbidades, quando presentes, podem afetar negativamente a satisfação no trabalho, levando à perda da qualidade do cuidado e da segurança do paciente⁶.

Entre os profissionais de enfermagem, de acordo com a literatura, os fatores que desencadeiam um sofrimento psíquico podem estar relacionados ao processo de trabalho, como escala de trabalho, relação profissional-paciente, relação profissional-família e

médico-profissional, sobrecarga, *Burnout*, suporte social, conflito de interesses e o enfrentamento de estratégias desenvolvidas. Nesse sentido, enquanto o mundo vivia um período de turbulência devido à pandemia, vale ressaltar que todos esses estressores, associados ao trabalho de enfermagem, foram exacerbados diante de cenários de desastres semelhantes aos que emergiram nos últimos dois anos, pelo novo coronavírus⁷.

Diante disso, enfatizar o lado humano dos trabalhadores da saúde cujas vulnerabilidades emocionais decorrentes de situações de crise podem culminar em processos de adoecimento que afetam sua saúde, vida social, núcleo familiar e seu processo de trabalho, torna-se relevante conhecendo o impacto que a pandemia da COVID-19 trouxe para os profissionais, especialmente aqueles de enfermagem. Com isso tem-se por objetivo realizar uma revisão integrativa das principais evidências científicas sobre saúde mental dos profissionais de enfermagem no enfrentamento da COVID-19.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

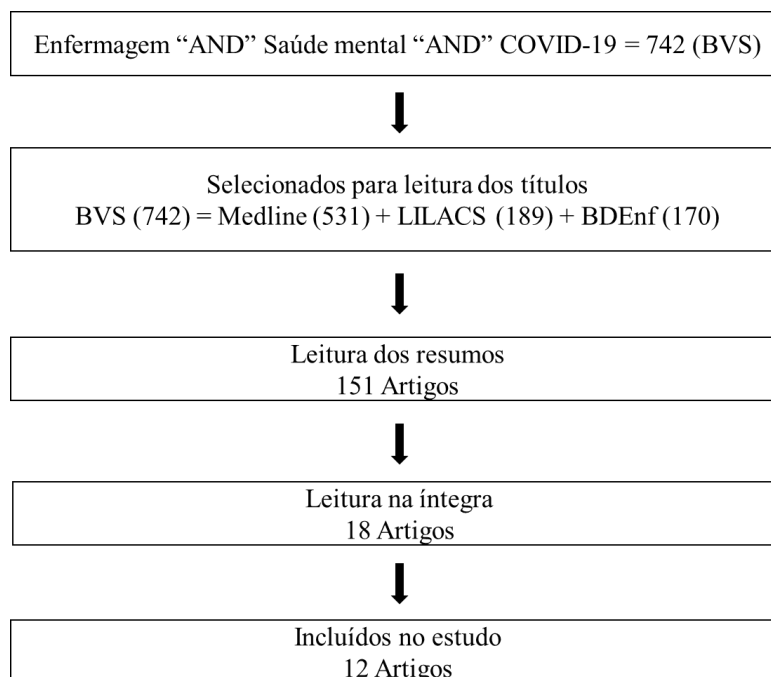
Trata-se de um estudo do tipo Revisão Integrativa, o qual iniciou por meio da pergunta norteadora: “Quais são as principais evidências científicas sobre saúde mental dos profissionais de enfermagem no enfrentamento da COVID-19?”. Para elaboração da revisão integrativa, seguiu as seguintes etapas: 1) delineamento do tema e/ou elaboração da pergunta; 2) busca nas bases de dados; 3) seleção dos estudos; 4) extração dos dados; 5) avaliação dos riscos de viés e qualidade metodológica dos estudos; 6) síntese dos dados (metassíntese ou metanálise); 7) avaliação da qualidade das evidências; e 8) escrita e divulgação dos resultados. Além de utilizar as diretrizes do PRISMA – *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*, o qual auxiliou os autores a melhorarem a qualidade e confiabilidade da RS.⁸

A busca dos artigos foi realizada no período de julho a outubro de 2023, através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e suas bases indexadas MEDLINE, LILACS e BDEF – Enfermagem. Os descritores escolhidos e pesquisados por seus equivalentes em português, de acordo com os termos do Descritores em Ciências da Saúde (DECS): Enfermagem, Saúde mental e COVID-19. Utilizou-se o operador booleano “AND” entre os descritores para realizar a busca e os filtros de busca (artigos originais, escritos em inglês e português, publicados nos últimos cinco anos).

Adotaram-se como critérios de inclusão: estudos pertencentes ao sistema de acesso aberto, disponíveis com texto completo (na íntegra), publicados nos últimos cinco anos, revisado por pares e que atendam aos objetivos do estudo. No entanto, como critérios de exclusão da amostra foram os estudos duplicados, artigos de revisão, teses, dissertações, trabalhos de conclusão de curso, erratas, cartas, editoriais e comentários do editor, além de artigos originais que não abordavam a temática.

Após a busca nas bases de dados e excluídos artigos que não respondiam aos critérios, foram selecionados 742 artigos. Posteriormente à leitura dos títulos foram separados 150 artigos. Realizou-se a leitura dos resumos, e em seguida, foram selecionados 18 estudos. Esses foram lidos na íntegra e, 12 artigos foram incluídos para a discussão acerca do tema, como mostrado fluxograma a seguir.

Figura 1 – Fluxograma da seleção dos artigos da revisão integrativa, a partir dos critérios de inclusão e exclusão.



Fonte: Elaborado pelos autores (2024)

Para a extração e análise dos dados, foram sintetizadas as seguintes informações:

a) título, autor e ano, b) tipo de estudo, c) objetivos, d) resultados e) desfechos.

3. RESULTADOS

Dos 12 estudos selecionados e incluídos na revisão integrativa, 75% (9) foram publicados no ano de 2023 e 25% (3) no período de 2022. Variando entre os idiomas na Língua Inglesa (25%) e português (75%). Quatro estudos foram publicados na base de dados LILACS, três foram publicados na Medline, um na BDEF – Enfermagem e quatro foram indexados nas bases LILACS e BDEF-Enfermagem. A maioria das pesquisas foram desenvolvidas no Brasil, com 75% dos achados, assim como apresenta, uma metodologia do tipo quantitativa 59%. Em relação ao nível de evidência, todos os estudos apresentaram nível VI.

A síntese geral dos estudos incluídos nesta revisão está exposta segundo identificação, título do artigo, características metodológicas, objetivos, resultados e desfecho (Quadro 1).

Quadro 1 – Apresentação dos estudos incluídos na revisão, de acordo com o título, autor e ano, tipo de estudo, objetivos e desfechos.

Título/Autor /ano	Tipo de estudo	Objetivos	Resultados	Desfechos
COVID-19: Impacto na Saúde Mental de Trabalhadores de Enfermagem Santos et al., 2023	Quantitativo Transversal	Verificar as prevalências de Transtorno de Depressão Leve (TDL) e de Transtorno de Ansiedade Leve (TAL) e os fatores associados.	Houve predomínio de mulheres (88%), na função de técnico e/ou auxiliar de enfermagem (63,6%); e que trabalhavam em unidades específicas de pacientes com COVID-19 (58,7%). A prevalência de TDL foi 43,5% (IC 95%: 36,4% - 50,7%) e de TAL foi 46,2% (IC 95%: 39,1% - 53,4%). Houve associação estatisticamente significativa entre TAL, idade entre 25 e 35 anos (p=0,01) e unidade de internação não específica para COVID-19 (p=0,04).	A prevalência dos transtornos leves de depressão e ansiedade foi considerada alta. O transtorno leve de ansiedade obteve maior prevalência entre trabalhadores mais jovens e atuando em unidades não específicas para COVID-19.
Sintomas de transtorno de estresse pós-		Avaliar sintomas de transtorno de estresse pós-traumático e afetos	Os resultados demonstram altas pontuações de sintomas relativos ao transtorno de estresse pós-traumático, com maior expressividade nos profissionais da linha de	O atendimento e intervenções psicológicas direcionadas aos

traumático e afetos em profissionais da saúde durante a pandemia da COVID-19 Pereira et al, 2023	Transversal	em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19.	frente, principalmente na equipe de enfermagem, e forte correlação desses resultados com afetos negativos.	profissionais de saúde são urgentes para mitigar os impactos causados pela pandemia da COVID-19.
Pandemia do COVID-19 e a saúde mental dos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde Sanitá et al., 2023	Pesquisa descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa	Analisar os impactos da pandemia do covid-19 na saúde mental dos enfermeiros da atenção primária.	A análise de conteúdo, realizada a partir dos relatos obtidos, resultou em duas categorias temáticas. A primeira categoria "Covid-19 e os reflexos na saúde mental das enfermeiras", analisou a saúde mental dos profissionais que estão sentindo sobrecarregados no trabalho e com esgotamento mental. A segunda categoria "Covid-19 e as mudanças na rotina de trabalho e vida pessoal" apresentou impacto na utilização dos equipamentos de proteção individual, dificuldade em perder colegas de trabalhos ou familiares por conta do Covid-19, impactando ainda mais no desgaste emocional e no sofrimento psíquico	O estudo demonstrou que a pandemia causou impacto psicológico, podendo desenvolver estresse futuramente, por estar causando a sobrecarga no trabalho, tendo dificuldade em voltar a rotina.
Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas. Ampos et al., 2023	Estudo multicêntrico, descritivo-exploratório, com abordagem qualitativa,	Analisar as implicações autopercebidas e as estratégias utilizadas por trabalhadores de enfermagem de unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19 acerca da atuação profissional no enfrentamento da pandemia	Resultados emergiram duas categorias: (1) Exaustão emocional e seu impacto no trabalho, devido à gravidade dos pacientes e ao elevado número de óbitos nas unidades dedicadas e às mudanças organizacionais e à sobrecarga de trabalho nas não dedicadas; e (2) Estratégias de enfrentamento utilizadas, semelhantes nas unidades quanto ao autocuidado, lazer, atividade física e espiritualidade, mas diferente quanto a realização profissional, presente nas unidades dedicadas à COVID-19.	A pandemia incrementou a exaustão dos trabalhadores da enfermagem que utilizaram estratégias atenuantes, com destaque para a diferença na compreensão da origem da exaustão e na realização com o trabalho sentido pelos trabalhadores das unidades dedicadas.
Impacto do COVID-19 nos rótulos relacionados ao estilo de vida entre a equipe de enfermagem na	Estudo transversal	Analisar o impacto da pandemia de COVID-19 nos rótulos do estilo de vida (dieta, atividade	Comparado com antes da pandemia de COVID-19, observou-se uma leve diminuição no padrão de consumo de refeições saudáveis durante a	Em geral, foi observado um impacto negativo no estilo de vida, como

<p>Índia: uma pesquisa eletrônica transversal</p> <p>Kalal et al., 2023</p>		<p>física e comportamento do sono) entre enfermeiras na Índia</p>	<p>pandemia ($p < 0.0001$), além de redução da atividade física e menor participação em atividades relacionadas ao lazer ($p < 0.0001$). O estresse e a ansiedade aumentaram ligeiramente ($p < 0.0001$). Além disso, o apoio social fornecido pela família e amigos para manter comportamentos de estilo de vida saudável também diminuiu significativamente durante a pandemia em comparação com antes dela ($p < 0.0001$).</p>	<p>dieta, sono e saúde mental</p>
<p>Saúde mental dos profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19: uma investigação comparativa do primeiro e segundo anos da pandemia</p> <p>Duden et al., 2023</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>Investigar entre profissionais de saúde na Alemanha e na Áustria (1) como a saúde mental pode ter mudado nos profissionais ao longo da pandemia em curso, (2) se existe diferenças entre diferentes grupos profissionais em relação à saúde mental, (3) quais fatores de estresse podem explicar esses resultados de saúde mental e (4) se o comportamento de busca de ajuda está relacionado à autoimagem do cuidador ou ao clima da equipe.</p>	<p>Os resultados foram analisados por meio de testes t, regressões e comparações com uma amostra de profissionais de saúde avaliados em 2020, bem como com amostras normativas.</p>	<p>Mostram que os sintomas de saúde mental, especialmente de depressão e ansiedade, persistem entre os profissionais de saúde no segundo ano de pandemia, que as taxas de prevalência dos sintomas são mais elevadas entre o pessoal de enfermagem em comparação com os médicos e paramédicos e que o clima da equipe está associado aos resultados de saúde mental</p>
<p>Contextos de saúde e trabalho de profissionais de enfermagem em tempos de pandemia de COVID-19</p> <p>Silva et al., 2023</p>	<p>Método misto, combinando as abordagens por meio da estratégia de e incorporação concomitante - QUAN(qual)</p>	<p>Analisar os contextos de saúde e trabalho de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19.</p>	<p>A maioria mulheres (93,1%) técnicas de enfermagem (69%). 39,7% trabalhavam em plantão noturno; 58,6% relataram terem sofrido violências no trabalho e 48,3% relataram diagnósticos de transtorno mental. Os contextos de trabalho na pandemia evidenciaram necessidade de estímulos e valorização profissional e relações com fatores</p>	<p>A pandemia de COVID-19 fortaleceu um contexto de saúde e de trabalho crítico, amedrontado e inseguro da equipe de Enfermagem brasileira, exacerbando a necessidade de providências, ações e políticas que</p>

			institucionais, a dinâmica e organização do trabalho, condições adequadas de trabalho e ao favorável relacionamento interpessoal, enquanto que contextos de saúde evidenciaram relação com interesses, oportunidades, rotina, normalidade, esperança e tenacidade que seriam trazidos pelo fim da COVID-19.	considerem a Saúde do Trabalhador como estruturantes para a organização dos serviços.
Impacto da COVID-19 nas lesões e doenças ocupacionais entre trabalhadores de instalações de cuidados de enfermagem: Análise dos dados de compensação dos trabalhadores da Califórnia, 2019-2021 Lee et al., 2023	Estudo analítico	Analisar reivindicações de compensação trabalhista (WC) entre trabalhadores de instalações de cuidados de enfermagem da Califórnia durante 2019-2021, para avaliar o impacto da pandemia no risco de lesões ocupacionais.	com a COVID representaram 50,5% dos sinistros em instalações de enfermagem em 2020–2021; esta proporção foi muito mais elevada em comparação com outros cuidados de saúde (35,7%) ou ambientes não relacionados com a saúde (14,3%). Os sinistros não relacionados à COVID diminuíram durante a pandemia, mas os sinistros de transtornos mentais ou estresse aumentaram em instalações de enfermagem, especialmente em 2020 (+42,5%).	Descobertas mostraram que as instalações de cuidados de enfermagem foram mais gravemente afetadas pela pandemia do que outros ambientes. Não encontraram provas de um risco aumentado de lesões profissionais durante a pandemia, exceto no caso de aumento de reclamações por stress ou perturbações mentais.
Atuação da enfermagem em unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19: implicações na saúde ocupacional Ampos et al., 2023	Estudo multicêntrico, de método misto,	Analisar as implicações da pandemia sobre a saúde ocupacional da equipe de enfermagem conforme a atuação em unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19.	Os impactos da pandemia sobre a saúde dos profissionais ocorreram tanto nas áreas dedicadas como nas não dedicadas à COVID-19. Contudo, a composição das equipes apresentou características distintas entre as áreas, bem como as percepções de risco e das exigências no trabalho	Os profissionais que atuam em áreas dedicadas e não dedicadas à COVID-19 estão igualmente adoecidos, mas com exposição laboral distinta quanto às exigências no trabalho nas unidades dedicadas e o medo da contaminação nas unidades não dedicadas.

<p>Impactos da pandemia de COVID-19 para a saúde de enfermeiros</p> <p>Acioli et al., 2022</p>	<p>Estudo exploratório, descritivo, com abordagem qualitativa</p>	<p>Descrever os impactos da pandemia de COVID-19 para a saúde de enfermeiros.</p>	<p>O medo do desconhecido, a necessidade de enfrentamento da situação tanto pessoal como profissionalmente, o medo de transmissão da COVID-19 para os familiares e a vivência do luto, foram identificados neste estudo.</p>	<p>A exposição do profissional enfermeiro ao Coronavírus o leva a vulnerabilidade profissional e humana. Nesse contexto, é fundamental que haja acolhimento efetivo ao enfermeiro, tendo em vista que a base profissional é o cuidado</p>
<p>Avaliando o impacto da pandemia de COVID-19 na qualidade de vida profissional dos enfermeiros</p> <p>Vastani; Malcolm, 2022</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>Examinar a qualidade de vida profissional (ProQOL) entre enfermeiros da Geórgia durante a pandemia global de COVID-19</p>	<p>Cem enfermeiros (PEs) (n = 100) responderam à pesquisa. Noventa e um por cento eram mulheres e tinham entre 25 e 35 anos. Os NPs masculinos apresentaram maiores taxas de fadiga por compaixão e estresse traumático secundário.</p>	<p>Demonstrou aumento do esgotamento e do estresse traumático secundário entre os profissionais da linha de frente na Geórgia devido ao aumento da carga de trabalho, sentimentos de inadequação, medo de serem infectados pelo vírus e exposição prolongada a mortes.</p>
<p>Esgotamento profissional da equipe de enfermagem em unidade de terapia intensiva especializada em covid-19</p> <p>Barão et al., 2022</p>	<p>Estudo descritivo, quantitativo e transversal</p>	<p>Identificar fatores de esgotamento psíquico e emocional dos profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente em Unidade de Terapia Intensiva especializada no tratamento de pacientes suspeitos e/ou confirmados com COVID-19.</p>	<p>O estudo identificou fatores relacionados ao esgotamento profissional no enfrentamento da pandemia por COVID-19, com relevância para o amparo profissional às questões dos sentimentos desencadeados durante a rotina de trabalho, além de reconhecimento profissional.</p>	<p>Medidas de segurança são essenciais para os trabalhadores da enfermagem, assim, espera-se que este estudo sirva como base para a elaboração de programas de saúde ocupacional para esse grupo de trabalhadores. (AU)</p>

Fonte: Elaborado pelos autores (2024)

Por meio da leitura dos estudos, e baseada na pergunta norteadora, realizou-se a divisão da discussão em duas categorias: “Os impactos da pandemia na saúde mental da equipe de enfermagem” e “Formas de enfrentamento dos profissionais de enfermagem”.

4. DISCUSSÃO

4.1 Os impactos da pandemia na saúde mental da equipe de enfermagem

É de amplo conhecimento que a pandemia ocasionada pelo coronavírus, iniciada em janeiro de 2020, é considerada uma grave crise de saúde pública de alcance global. Este cenário se apresenta como um dos grandes desafios enfrentados pela humanidade e comunidade científica desde a Segunda Guerra Mundial. Nesse contexto, aspectos relacionados à saúde mental e à capacidade de resiliência psicológica dos profissionais da saúde, tornam-se de extrema importância, tanto durante, quanto após o período crítico da pandemia⁹.

De acordo com os estudos levantados, foram notados efeitos psicológicos, tais como nervosismo, sensação de pressão e tristeza desde o surgimento da epidemia de Covid-19 naquela nação, os quais foram se agravando ao longo da evolução da doença. Dessa forma, se na sociedade em geral os efeitos psicológicos causados por epidemias e pandemias são fortes, nos trabalhadores da saúde eles são ainda mais intensos, principalmente aqueles que atuam na linha de frente do atendimento¹⁰⁻¹¹.

Alguns estudos sinalizaram que os profissionais de saúde mais afetados durante a pandemia foram os técnicos ou auxiliares de enfermagem, seguidos por enfermeiros e médicos^{10;12}. Justifica-se que esses profissionais, além de estarem mais vulneráveis a contrair o novo vírus, estão sujeitos ao risco de escassez de equipamentos de proteção individual, ventiladores mecânicos, materiais hospitalares, e também precisam tomar decisões difíceis sobre a distribuição de tecnologias assistenciais entre os pacientes¹³.

Sabe-se que a enfermagem é uma profissão com características que demandam permanência integral no cuidado com o paciente, levando esse profissional a fazer parte da “linha de frente” no combate à Covid-19. O enfermeiro é o responsável por comandar e realizar os cuidados complexos tecnicamente, o que torna necessário maior conhecimento científico e tomada de decisão em tempo hábil¹⁴.

Por sua vez, o cuidado é a essência da prática de enfermagem e o que a distingue de outras profissões na área da saúde. Zelar pelo ser humano como um indivíduo complexo

representa um desafio para o enfermeiro, sendo imprescindíveis habilidade e empatia. As exigências das pessoas assistidas são constantes e nem sempre são totalmente atendidas. Nesse sentido, o processo de cuidar e tratar revela vulnerabilidades, como o temor, que afetam diretamente o bem-estar emocional do profissional⁸.

Segundo estudos, enquanto a maioria das pessoas estava seguindo o distanciamento social, os profissionais de saúde, em especial, os enfermeiros, não tiveram essa opção. Eles continuaram na linha de frente contra o SARS-CoV-2, lidando com desafios que afetaram diretamente sua qualidade de vida. Essa realidade acarretou múltiplos impactos em suas relações pessoais e sociais^{8;15}.

Observou-se, também, que os profissionais de enfermagem sofreram depressão, ansiedade, medo e sensação de frustração cotidianamente. Isso foi ocasionado devido ao estresse sofrido na linha de frente assistencial, o qual, perceberam uma maior ingestão de substâncias psicoativas, tais como álcool, tabaco, além do aumento de estresse pós-traumático¹⁶. Dessa forma, percebeu-se fatores de risco que influenciaram a saúde mental do profissional enfermeiro durante o período pandêmico, tais como: medo de adoecer, colocar em risco seus familiares e não se sentir preparado para atuar na linha de frente do cuidado à COVID-19^{13;17}.

Ao identificar os elementos que podem influenciar a saúde mental desses trabalhadores durante a pandemia, é importante considerar que quanto mais prolongada for a situação, maior será a probabilidade de surgirem questões relacionadas à Síndrome de *Burnout* na classe da enfermagem. Essa condição psicossocial se manifesta como uma resposta aos estressores contínuos no ambiente de trabalho, resultando em exaustão emocional, despersonalização e diminuição da satisfação pessoal no trabalho¹⁴.

Os levantamentos apontaram que os trabalhadores que atuaram no enfrentamento da COVID-19 apresentaram taxas mais elevadas de problemas mentais em comparação com outros profissionais de saúde que não participaram dessa frente de batalha. Os principais transtornos mentais observados foram depressão, níveis elevados de ansiedade e, principalmente, insônia^{9-19;17}.

Desse modo, fica evidente a necessidade de desenvolver estratégias de cuidados com a saúde mental dos profissionais de saúde levando em conta a elevada incidência de transtornos mentais comuns identificados nas pesquisas e os possíveis impactos que este cenário pode trazer pós pandemia do COVID-19¹⁴.

4.2 Formas de enfrentamento à pandemia, por profissionais de enfermagem

No que diz respeito às atitudes adaptativas dos profissionais de saúde durante a pandemia, os estudos apontaram impactos negativos na saúde mental devido ao aumento da carga de trabalho, à insegurança e ao estresse diante dos casos de COVID-19, ao medo de transmitir a doença aos familiares, além da preocupação com a situação financeira e com o futuro na carreira^{13;17-18}. Por outro lado, foram observadas atitudes de autoconfiança, controle do medo, capacidade de se adaptar e busca por ajuda como práticas benéficas adquiridas^{10;12}.

A obtenção de informações sobre a COVID-19 foi apontada como um elemento chave para a adoção e execução de novas estratégias e medidas específicas visando controlar a propagação da doença, incluindo informações sobre a forma de transmissão, critérios clínicos e epidemiológicos para identificação e tratamento dos casos.¹⁶ Essas informações são essenciais para reduzir a disseminação do vírus tanto na comunidade quanto entre os trabalhadores da saúde¹¹.

No que diz respeito às formas de evitar a doença, as pesquisas indicam a importância de adotar boas práticas no dia a dia, tanto individualmente quanto em grupo, como o uso correto de Equipamentos de Proteção Individual, a lavagem adequada das mãos, a manutenção do distanciamento e isolamento social, e também ações voltadas para o ambiente. No entanto, percebe-se que ainda há muito a ser realizado para garantir a eficácia das medidas de proteção¹⁵⁻¹⁶.

Frente às dificuldades causadas pela pandemia, os profissionais de enfermagem adotaram diferentes estratégias pessoais para reduzir o cansaço e o sofrimento enfrentados. A prática de atividade física, o repouso e a alimentação balanceada foram apontados como medidas para prevenir problemas de saúde mental e fortalecer o sistema imunológico^{16,18-19}. Além disso, os profissionais de enfermagem buscaram suporte de especialistas como psicólogos e psiquiatras, enquanto houve um aumento no uso de remédios para saúde mental pela população brasileira durante a pandemia¹².

A prática do autocuidado também foi mencionada através de práticas espirituais e religiosas pelos indivíduos participantes deste estudo, algo que é citado em diversas pesquisas como uma forma de promover a saúde mental e, por isso, deve ser incentivado pelas organizações para os profissionais da área da enfermagem, especialmente em

momentos de grande estresse como o enfrentamento da pandemia de COVID-19¹⁷. Essas atividades foram associadas a uma melhoria na qualidade de vida e a uma redução nos níveis de fadiga mental, assim como também desempenharam um papel no combate e redução da situação¹⁵.

Ademais, a procura por suporte diante das situações complicadas frequentemente envolveu interações com parentes e amigos, mesmo que em várias ocasiões essas conexões tenham sido estabelecidas por meio de meios digitais (videochamadas por smartphones, tablets e PCs) para garantir o cumprimento das medidas de distanciamento social. Profissionais ressaltaram a importância do apoio e reconhecimento por parte dos entes queridos^{12;20}.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos dados obtidos nesta revisão, é possível inferir que há uma frequência significativa de problemas emocionais e psicológicos na equipe de enfermagem, surgindo transtornos como depressão, ansiedade, estresse e síndrome de *Burnout*. Os principais fatores que influenciam negativamente na saúde mental dos enfermeiros estão ligados à carga excessiva de atividades, salários baixos, problemas na gestão da organização e conflitos interpessoais.

Além disso, observou-se, por meio dos estudos, que as formas de enfrentamento que os profissionais enfermeiros utilizavam no momento pandêmico foram diversificadas como práticas espirituais e religiosas, atividade física, alimentação balanceada, suporte com especialistas em saúde mental. Ainda, destacaram o apoio da empresa, como a disponibilização de uniformes e refeições, estacionamento gratuito, aumento dos intervalos durante os turnos de trabalho e um local tranquilo para descanso.

É sugerido que sejam realizadas novas pesquisas sobre o assunto e que sejam implementadas mais ações no local de trabalho, como a oferta de suporte emocional e intervenções psicológicas para os trabalhadores em situação de sofrimento mental ou com doenças psicológicas.

REFERÊNCIAS

1. Faria MGA. Repercussões para saúde mental de profissionais de enfermagem no enfrentamento à Covid-19: revisão integrativa. *Rev. Enferm. UFSM*, 2021;11:1-17. DOI: 10.5902/2179769264313
2. Nguyen LH. Risk of Covid-19 among frontline healthcare workers and the general community: a prospective cohort study. *Lancet Public Health*, 2020;5(9). DOI: [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30164-X](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30164-X)
3. Zhan SH, Deverman BE, Chan YA. SARS-CoV-2 is well adapted for humans. What does this mean for re-emergence? *ziorxiv*. 2020: 1-28.
4. Silva, MP Bernardo Mh, Souza Ha. Relationship between mental health and work: the conception of trade unionists and possible ways of coping. *Rev Bras Health Ocup*. 2016;41. DOI: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000003416>
6. Vieira NF, Nogueira-Da-Terra FS. Avaliação do estresse entre os enfermeiros hospitalares. *Rev Enferm UERJ*. 2017;25. DOI: 10.12957/reuerj.2017.14053
7. Dal'bosco EB. Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital. *Rev Bras Enferm*, 2020;73. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>
8. Page MJ. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 2021;372(71). DOI:10.1136/bmj.n71
9. Santos JMA. COVID-19: Impacto na Saúde Mental de Trabalhadores de Enfermagem. *Mundo saúde (Impr.)*, 2023; 47.
10. Duden GS , Reiter J , Pasweg A , et al. Saúde mental dos profissionais de saúde durante a atual pandemia de COVID-19: uma investigação comparativa entre o primeiro e o segundo ano da pandemia *BMJ Open* 2023;13: e067244. DOI: 10.1136/bmjopen-2022-06724411.
11. Ampos LF, Vecchia LPD, Tavares JP, Camatta MW, Magnago TSBS, Pai DD. Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas. *Esc. Anna Nery Rev. Enferm*, 2023;27.
12. Pereira JL. Symptoms of post-traumatic stress disorder and affects in healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 2023;40.
13. Barão RC, Freitas VPL, Mariano VB, Taís P. Esgotamento profissional da equipe de enfermagem em unidade de terapia intensiva especializada em covid-19. *CuidArte, Enferm*, 2022;16(1): 43-50.
14. Lee SJ. Impacto da COVID-19 nas lesões e doenças ocupacionais entre trabalhadores de instalações de cuidados de enfermagem: Análise dos dados de compensação dos trabalhadores da Califórnia, 2019–2021. *American Journal of Industrial Medicine*, 2023;66(11).

-
15. Sanitá GL. Pandemia do covid-19 e a saúde mental dos enfermeiros da atenção primária à saúde. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 2023; 27(8):4254–427).
 16. Silva Livia Silveira, Passos Hozana Ries, Oliveira Jarbas Vieira de, Amaral Gabriela Gonçalves. Contextos de saúde e trabalho de profissionais de enfermagem em tempos de pandemia de COVID-19. *Enfermería Actual de Costa Rica* [Internet]. 2023(44):54263. Disponível em: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-45682023000100002&lng=en. <http://dx.doi.org/10.15517/enferm.actual.cr.i44.49421>.
 17. Acioli DMN, Santos AAP dos, Santos JAM, Souza IP de, Silva RK de L. Impactos da pandemia de COVID-19 para a saúde de enfermeiros. *Rev. enferm. UERJ* [Internet]. 12º de abril de 2022 [citado 30º de junho de 2024];30(1):e63904. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/enfermagemuernj/article/view/63904>
 18. Ampos LF. Atuação da enfermagem em unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19: implicações na saúde ocupacional. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 2023;31.
 19. Kalal N, Sharma SK, Rana N, Kumar A. Impacto do COVID-19 nos rótulos relacionados ao estilo de vida entre a equipe de enfermagem na Índia: uma pesquisa eletrônica transversal. *Invest. educ. enferm*, 2023;41(1).
 20. VASTANI, Noushin, MALCOM, Amélia. Assessing the impact of the COVID-19 pandemic on nurse practitioners' professional quality of life. **J Am Assoc Nurse Pract.** v. 34, n. 12, p. 1300-1307, 2022.