

O impacto da pandemia por COVID-19 sobre a saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa

The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of health professionals: an integrative review

Eldlainny Araujo Ribeiro¹, Ana Julia Maciel Oliveira², Alexya Karen Barbosa Fernandes³

RESUMO

Introdução: A Covid-19 resultou em altos índices de mortalidade global e repercussões diversas, como o aumento das responsabilidades dos profissionais da saúde no enfrentamento da pandemia e consequentemente o maior risco de desenvolver problemas de saúde mental. **Objetivos:** Descrever os principais prejuízos à saúde mental dos profissionais de saúde associados à pandemia de Covid-19. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa, cuja busca foi realizada nas bases Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed, utilizando os descritores Covid-19; Sars-Cov-2; *Mental health e Health Personnel*. Foram incluídos artigos completos, publicados entre 2020 e 2024. **Resultados:** Foram incluídos 15 artigos e todos relacionaram a pandemia a algum problema de saúde mental. Os enfermeiros foram os profissionais mais afetados, seguidos pelos médicos. Alguns fatores de risco incluíram contato direto com pacientes infectados e falta de equipamentos de proteção. Os problemas mais relatados foram depressão, ansiedade e Transtorno de Estresse Pós-traumático (TEPT). Dificuldades no controle desses acometimentos incluíram alta carga de trabalho, risco de infecção e escassez de equipamentos de proteção. **Considerações finais:** A pandemia de Covid-19 impactou significativamente a saúde mental dos profissionais de saúde. Estratégias devem ser exploradas em futuros estudos para aprimorar o bem-estar dos profissionais em crises futuras.

Palavras-chave: Covid-19, Sars-Cov-2, Saúde mental, Profissionais de saúde.

ABSTRACT

Introduction: Covid-19 has resulted in high global mortality rates and several repercussions, such as increased responsibilities for health professionals in dealing with the pandemic and, consequently, a greater risk of developing mental health problems. **Objectives:** To describe the main damage to the mental health of health professionals associated with the Covid-19 pandemic. **Methodology:** This is an integrative review, whose search was carried out in the Virtual Health Library (BVS) and PubMed databases, using the descriptors Covid-19; Sars-Cov-2; Mental health and Health Personnel. Full articles published between 2020 and 2024 were included. **Results:** Fifteen articles were included, and all related the pandemic to some mental health problem. Nurses were the most affected professionals, followed by physicians. Some risk factors included direct contact with infected patients and lack of protective equipment. The most reported problems were depression, anxiety and Post-traumatic Stress Disorder (PTSD). Difficulties in controlling these conditions included high workload, risk of infection, and shortage of protective equipment. **Final considerations:** The COVID-19 pandemic has significantly impacted the mental health of healthcare professionals. Strategies should be explored in future studies to improve the well-being of professionals in future crises.

Keywords: Covid-19. Sars-Cov-2. Mental health. Health Personnel.

¹ Mestre em Ciências Ambientais e Saúde- PUC Goiás; Doutoranda em Infectologia- UNIFESP.

E-mail:

dyy_araujo77@hotmail.com

² Discente do 7º período do curso de Medicina na Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida- FESAR/Afya.

³ Discente do 7º período do curso de Medicina na Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida- FESAR/Afya.

1. INTRODUÇÃO

A Covid-19 causa síndromes respiratórias agudas e outras complicações sistêmicas, seu agente etiológico é um RNA vírus da ordem *Nidovirales* da família *Coronaviridae*, denominado SARS-CoV-2. Esse vírus é potencialmente grave, de elevada transmissibilidade e de distribuição global¹. Devido sua alta capacidade infecciosa, a Covid-19 foi declarada como uma pandemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em março de 2020¹. Nesse contexto, resultou em altos índices de mortalidade global, a qual quantifica o número de mortes superior ao esperado. Em 2020, o excesso de morte foi de 4,47 milhões e em 2021, o excesso foi de 10,36 milhões^{2,3}.

Nessa perspectiva, salienta-se que por se tratar de um vírus, há barreiras que envolvem a atuação de um fármaco, como a alta mutagenese – o que foi considerado entrave para a formulação de uma medicação eficaz. Além disso, há evidências acerca das diversas controvérsias associadas às medicações e vacinas para o controle e mitigação dos casos, como, por exemplo, a disseminação de informações falsas^{4,5}. Além das dificuldades associadas ao tratamento, questões nos âmbitos sociais e econômicos também podem ter influenciado o impacto dessa patologia sobre os índices de morbidade e mortalidade; bem como a sobrecarga do sistema de saúde^{6,7}.

Nesse sentido, as repercussões foram diversas, como o aumento das responsabilidades dos profissionais de saúde e conseqüentemente o maior risco de desenvolver problemas associados à saúde mental⁸. Entre os fatores que influenciaram o adoecimento mental menciona-se o risco de infecção própria e coletiva, falta de infraestrutura nos centros de tratamento, medo da morte, distanciamento social para evitar contaminação, trauma induzido pelo estresse e sobrecarga de trabalho⁹.

Isso foi corroborado em um estudo com o intuito de determinar o impacto da doença desse gravo na síndrome de burnout, evidenciou-se que a prevalência de burnout aumentou de 59% para 69% ($p < 0,001$). Os enfermeiros foram desproporcionalmente impactados, com o maior aumento durante a pandemia (58–72%; $p < 0,0001$)¹⁰.

Dessa forma, apesar das diversas lacunas associadas à patogênese deste vírus e suas diversas variantes, há evidências que confirmam as conseqüências neuropsiquiátricas inerentes à Covid-19 como depressão, ansiedade, distúrbios do sono

e estresse, com acometimentos em todas as idades e estratos econômicos da sociedade, colocando o mundo em risco de crise de saúde mental⁸.

Considerando esse cenário, e que os altos níveis de estresse apresentam uma ameaça à integridade da saúde psicológica dos profissionais, o que pode acarretar patologias como ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), transtorno do pânico e Síndrome de Burnout, os resultados desta pesquisa são de grande valia. Portanto, o objetivo desse estudo é descrever através da análise da literatura científica os principais prejuízos à saúde mental dos profissionais de saúde associados à pandemia de Covid-19.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Esta pesquisa é uma revisão integrativa da literatura, que visa uma compreensão mais abrangente de um determinado fenômeno contribuindo para apresentação de variadas perspectivas, a partir da combinação de evidências de vários estudos primários. Para construção da revisão, foram seguidas algumas etapas: elaboração da pergunta de pesquisa, busca nas bases de dados, categorização dos estudos, avaliação, interpretação dos resultados e síntese do conhecimento¹¹.

A pergunta norteadora foi formulada com a finalidade de possibilitar a localização dos estudos disponíveis nas bases de dados: *“Quais são os principais prejuízos à saúde mental dos profissionais da área da saúde inerentes à pandemia de Covid-19?”*. A busca dos estudos foi realizada nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS/MEDLINE) e Pubmed - *National Library of Medicine* (NLM). Os descritores e palavras-chave foram obtidos por consulta nos Descritores de Ciências em Saúde (DECS). No decorrer das buscas os descritores foram cruzados entre si com o uso dos booleanos “OR” e “AND”, combinações para buscas (BVS e Pubmed): *I- Covid-19 OR Sars-Cov-2 AND Mental health AND Health Personnel*.

Posteriormente, foram aplicados filtros de idiomas, período, tipo de estudo, foco e selecionados artigos disponíveis na íntegra. Foram incluídos artigos, em acesso aberto, em inglês ou português, publicados entre o período de 2020 a 2024 e que tivessem como foco os impactos da pandemia de Covid-19 à saúde mental dos profissionais da área da saúde. Após o emprego dos filtros, realizou-se a leitura dos títulos e resumos para verificar se

estavam de acordo com a temática abordada. Por fim, foi realizada a leitura completa dos artigos, buscando eleger os estudos que respondessem à pergunta norteadora (Figura 1)¹¹.

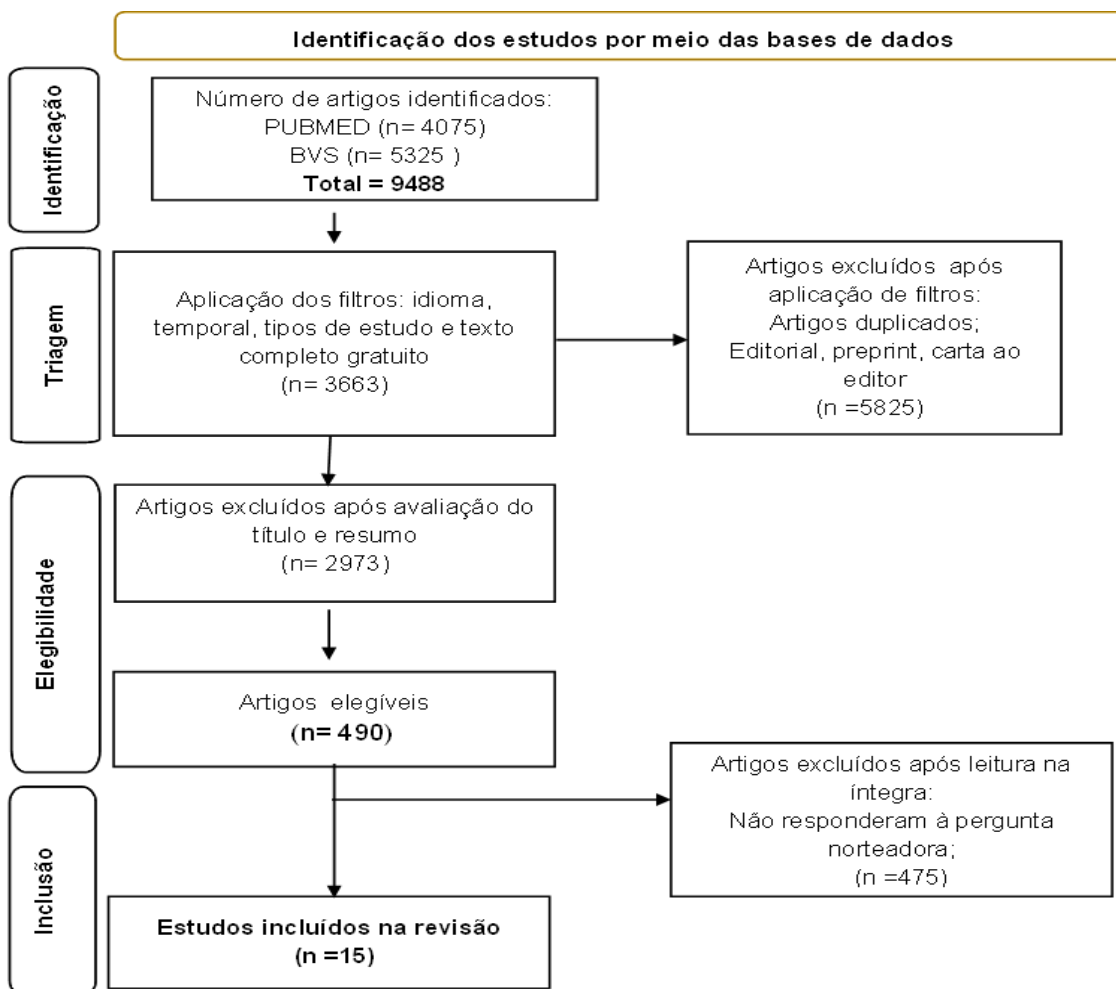


Figura 1. Fluxograma “flowchart” PRISMA para seleção dos artigos incluídos na revisão integrativa.
Fonte: Adaptado de Page et al. (2021)¹²

Os artigos que não foram compatíveis com os critérios já descritos foram excluídos, bem como aqueles que não responderam à pergunta de investigação e que estavam em duplicata. Foram excluídos também editoriais, artigos de opinião, colunas de revistas, relatos de experiência e pesquisas sem aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa, seguindo as recomendações para obtenção de artigos de alta evidência científica. Para os artigos incluídos foram analisados a identificação da publicação (título, volume, número e ano), autoria, local de realização do estudo, objetivos da pesquisa, método, tipo de estudo e nível de evidência.

A classificação quanto aos níveis de evidência (NE) seguiu critérios já validados: nível 1- estudos com desenho metodológico de metanálise ou revisões sistemáticas; nível 2- ensaios clínicos randomizados controlados; nível 3- ensaios clínicos sem randomização; nível 4- estudos de coorte e caso-controle; nível 5- revisões sistemáticas de estudos descritivos e qualitativos; nível 6- estudos descritivos ou qualitativos; nível 7- opinião de especialistas¹³. A coleta foi realizada em setembro de 2024 e a análise dos artigos selecionados foi realizada de forma independente por dois avaliadores. Os dados extraídos foram tabulados em planilha própria e analisados por dois pesquisadores de forma independente.

3. RESULTADOS

A amostra deste estudo foi composta por 15 artigos, de acordo com a análise sobre o nível de evidência (NE), a maioria apresentou desenho metodológico de metanálise ou revisão sistemática — NE 1 —, 66,66% (10/15); seguidos por estudos descritivos ou qualitativos — NE 6 —, 26,66% (4/15) e coorte e caso-controle — NE 4 — 6,66% (1/15). Todos estavam redigidos em inglês. Seguindo a análise temporal, o ano com maior número de artigos publicados foi 2024 — 40% (6/15), seguido por 2021 — 33,3% (5/15), 2023 — 20% (3/15) e 2020 — 6,66% (1/15). A caracterização dos artigos incluídos na atual revisão é apresentada na Tabela 1.

Tabela 1. Caracterização dos títulos incluídos na revisão e principais respostas para a problemática.

Título e citação	NE	Objetivos	Prejuízos à saúde Mental inerente à Covid-19	Estratégia para mitigação
Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress disorder in health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis (Li <i>et al.</i> , 2021) ¹⁴	1	Fornecer estimativas de prevalência atualizadas para depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) entre os profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19.	Alta prevalência de depressão moderada (21,7%), ansiedade (22,1%) e TEPT (21,5%) entre profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19.	Há necessidade de mais atenção à geração e avaliação da eficácia de diferentes intervenções e iniciativas para apoiar a saúde mental dos profissionais de saúde durante esta pandemia.

<p>Global prevalence of mental health problems among healthcare workers during the Covid-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis (Saragih <i>et al.</i>, 2021)¹⁵</p>	<p>1</p>	<p>Identificar sistematicamente os problemas de saúde mental entre profissionais de saúde em vários países durante a pandemia de COVID-19.</p>	<p>O transtorno de estresse pós-traumático foi o transtorno de saúde mental mais comum relatado por profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19, seguido por ansiedade, depressão e sofrimento.</p>	<p>Pesquisas intervencionistas específicas são urgentemente necessárias para mitigar os impactos da saúde mental nos profissionais de saúde e ajudá-los a lidar com seus fardos.</p>
<p>Impact of COVID-19 on Sleep, Anxiety, and Depression Among Medical Call Center Staff: Insights from a January 2021 Study (Yilmaz <i>et al.</i>, 2024)¹⁶</p>	<p>6</p>	<p>Investigar a qualidade do sono, a ansiedade e o estado de depressão entre os provedores de cuidados pré-hospitalares durante a pandemia de COVID-19, bem como os fatores de influência significativos.</p>	<p>Diferenças notáveis em ansiedade, depressão e qualidade do sono foram identificadas entre prestadores de cuidados pré-hospitalares e paramédicos em serviços ambulatoriais, em comparação com outras equipes de saúde que trabalham em hospitais.</p>	<p>Programas psicoeducacionais regulares e estudos de intervenção psicossocial devem ser implementados e avaliados quanto à sua eficácia. Estabelecer equipes multidisciplinares de saúde mental para fornecer suporte abrangente e aconselhamento profissional, mitigando assim os efeitos negativos.</p>
<p>Association of depressive symptoms with incidence and mortality rates of COVID-19 over 2 years among healthcare workers in 20 countries: multi-country serial cross-sectional study (Asaoka <i>et al.</i>, 2024)¹⁷</p>	<p>6</p>	<p>Investigar a associação das taxas de incidência e mortalidade de COVID-19 com sintomas depressivos ao longo de 2 anos entre profissionais de saúde em 20 países durante e após a pandemia de COVID-19.</p>	<p>Sintomas depressivos entre os profissionais de saúde foram piores nos estágios iniciais da pandemia de COVID-19. Aumento das taxas de incidência e mortalidade diárias foi associado ao agravamento dos sintomas depressivos ao longo de 2 anos.</p>	<p>Implementar contramedidas de saúde mental para profissionais de saúde durante potenciais novas crises globais de emergência de saúde, tanto no início de uma epidemia quanto no momento de um aumento nas taxas de incidência e mortalidade de doenças infecciosas emergentes.</p>
<p>Mental health status and related factors influencing healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis (Huang <i>et al.</i>, 2024)¹⁸</p>	<p>1</p>	<p>Avaliar sistematicamente os problemas de saúde mental dos profissionais de saúde em todo o mundo durante a pandemia e determinar a frequência global mais recente de</p>	<p>O mais comum era o esgotamento profissional, seguido por ansiedade, depressão, estresse agudo e transtorno de estresse pós-traumático.</p>	<p>Os líderes globais e todas as partes interessadas devem dedicar recursos à saúde mental dos profissionais de saúde para rastrear problemas de saúde mental e tomar intervenções eficazes para ajudá-</p>

		problemas de saúde mental associados à COVID-19.	los a resolver seus distúrbios de saúde mental.
The prevalence of probable mental health disorders among hospital healthcare workers during COVID-19: A systematic review and meta-analysis (Lee <i>et al.</i> , 2023) ¹⁹	1	Apresentar descobertas atualizadas sobre os impactos na saúde mental entre profissionais de saúde hospitalares durante a COVID-19.	Desenvolvimento de intervenções e iniciativas eficazes para dar suporte aos profissionais de saúde dos hospitais enquanto eles continuam a apoiar suas comunidades.
Decline in the mental health of nurses across the globe during COVID-19: A systematic review and meta-analysis (Varghese <i>et al.</i> , 2021) ²⁰	1	Explorar a prevalência e os determinantes dos resultados de saúde mental (ansiedade, estresse, depressão, TEPT, insônia) entre enfermeiros em todo o mundo devido à COVID-19.	Implementar intervenções psicológicas proativas para impedir o colapso dos sistemas de saúde em resposta à pandemia e, em particular, todos os esforços possíveis devem ser empreendidos para mitigar os fatores de risco.
The impact of SARS-CoV-2 on the mental health of healthcare workers in a hospital setting-A Systematic Review (Sanghera <i>et al.</i> , 2020) ²¹	1	Investigar a prevalência de problemas de saúde mental em profissionais de saúde de hospitais durante a pandemia de SARS-CoV-2 e identificar fatores de risco associados para intervenções psicológicas.	Os hospitais devem ter pessoal para atender aos requisitos de prestação de serviços e mitigar o impacto na saúde mental. Acesso a equipes psiquiátricas de resposta rápida.
Analysis of mental health effects among nurses working during the COVID-19 pandemic: A systematic review (García-Vivar <i>et al.</i> , 2023) ²²	1	Analisar o impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental de enfermeiros que trabalharam em hospitais, centros de atenção primária e centros de saúde social	Há uma necessidade urgente de avaliar e responder ao impacto no bem-estar mental dos enfermeiros e de monitorar as políticas internacionais para a melhoria das condições de trabalho dos enfermeiros.
Psychiatric disorders in health professionals during the COVID-19 pandemic: A	1	Entender o impacto que a COVID-19 está causando na equipe clínica da linha de	Ansiedade, irritabilidade, insônia, medo e angústia, provavelmente relacionados às
			Ações para mitigar tais impactos psíquico-orgânicos é essencial. Refletir sobre a qualidade do

systematic review with meta-analysis (Silva; Neto, 2021) ²³	frente do ambiente de UTI.	cargas de trabalho extremamente elevadas e à falta de equipamentos de proteção individual.	planejamento para o preparo dos profissionais de saúde na UTI para as mais diversas barreiras clínicas e psicológicas atreladas à pandemia.
Physician Posttraumatic Stress Disorder During COVID-19 (Kamra et al., 2024) ²⁴	1	Determinar a prevalência de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) entre médicos durante a pandemia de COVID-19.	Estimativa de TEPT em médicos de 18% durante a pandemia de COVID-19.
The relationship between peritraumatic distress, mental health symptoms, and functioning impairment in healthcare workers during the COVID-19 emergency (Carmassi et al., 2024) ²⁵	6	Avaliar o nível de sofrimento peritraumático durante a primeira onda da pandemia da COVID-19 e examinar a relação entre sofrimento peritraumático, sintomas de saúde mental e comprometimento funcional.	Soporte à saúde do médico, o que pode incluir suportes de bem-estar e intervenções específicas para direcionar e aliviar as causas raiz.
Evaluation of psychological distress, burnout and structural empowerment status of healthcare workers during the outbreak of coronavirus disease (COVID-19): a cross-sectional questionnaire-based study (Taleb et al., 2024) ²⁶	6	Avaliar o sofrimento psicológico, o esgotamento e o status de empoderamento estrutural dos HCWs durante o surto de COVID-19 e avaliar seus preditores.	Soporte organizacional do hospital para o gerenciamento de TEPT dos profissionais de saúde, ao fazer políticas de saúde claras e reduzir ambientes de trabalho potencialmente estressantes.
Did the prevalence of depressive symptoms change during the COVID-19 pandemic? A multilevel analysis on longitudinal data from healthcare workers (Hoffmann et al., 2024) ²⁷	4	Examinar se os sintomas depressivos aumentaram durante a pandemia e estavam associados ao estresse percebido e à própria infecção por COVID-19 e à	O monitoramento contínuo e o tratamento oportuno dessas condições são necessários para preservar a saúde dos profissionais e aumentar a preparação dos sistemas de saúde para enfrentar as consequências de médio e longo prazo do surto.
		Os sintomas somáticos de depressão aumentaram entre os profissionais de saúde médicos com exposição no local de trabalho à COVID-19.	Mais pesquisas são necessárias para identificar fatores de proteção que promovam a redução dos sintomas depressivos em profissionais de saúde médicos com exposição a pacientes com

	exposição no local de trabalho a pacientes infectados pelo vírus.	COVID-19, incluindo determinantes relacionados ao estresse.
Risk factors of developing psychological problems among frontline healthcare professionals working in the COVID-19 pandemic era: a meta-analysis (Wan <i>et al.</i> , 2023) ²⁸	Avaliar os fatores de risco por trás do desenvolvimento de problemas psicológicos de acordo com instrumentos específicos de avaliação de saúde mental.	Os profissionais de saúde da linha de frente tinham um risco maior de desenvolver ansiedade em comparação com os profissionais de saúde que não estavam na linha de frente, com níveis semelhantes de pontuação de depressão observados. Intervenções baseadas em múltiplas estratégias para melhorar a saúde mental dos profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19 devem ser consideradas no futuro.

Fonte: Autoria própria

Considerando o objetivo central deste estudo, notou-se que todos os artigos incluídos associaram o advento da pandemia a algum problema de saúde mental 100% (15/15). Dentre esses, 66,66% (10/15) objetivaram determinar o panorama epidemiológico^{14,15,17,19,20-23,25,27} ou demonstrar os principais fatores de risco associados 33,33% (5/15)^{16,18,24,26,28}.

Diante disso, com base na análise específica, é possível sugerir que os profissionais mais afetados foram os enfermeiros citados em 53,33% (8/15) dos artigos analisados^{15-17,19,20-23}, seguidos por médicos 26,66% (4/15)^{19,23-25}. Os setores mais comumente associados à ocorrência dos problemas de saúde mental foram os da linha de frente com 60% (9/15)^{15,16,19,20-23,26,28}, seguidos pela Unidade de Tratamento Intensivo (UTI) 13,33% (2/15)^{23,25}.

Ainda, os fatores de risco ou predisponentes mais relatados nos artigos analisados foram contato direto com pacientes infectados com Covid-19 descritos em 60% (9/15)^{14,15,17,19-21,26-28}, sexo feminino 40% (6/15)^{17,19,20,22,24,25}, baixo apoio social 20% (3/15)^{20,21,26}, falta de equipamentos de proteção individual 20% (3/15)^{22,23,26}, ser jovem 13,33% (2/15)^{26,28} e menor experiência de trabalho 13,33% (2/15)^{21,26}. Nesse sentido, é possível sintetizar que os prejuízos mais frequentemente descritos foram depressão 80% (13/15)^{15-22,25-28}, ansiedade 73,33% (11/15)^{15,16,18-23,25,26,28}, transtorno do estresse pós-traumático (TEPT) 53,33% (8/15)^{15,18-22,24,25} e insônia 40% (6/15)^{16,19,20-23}.

Alguns fatores que dificultaram o controle e mitigação dos acometimentos também foram citados como: alta carga de trabalho 60% (9/15)^{15-17,19-21,23,24,26}, seguido de risco de

infecção 40% (6/15)^{14,15,19,21,26,27}, e escassez de equipamentos de proteção individual 20% (3/15)^{18,22,23}.

As sugestões para mitigação do problema incluíram a implementação de programas psicoeducacionais e equipes multidisciplinares de saúde mental para suporte e aconselhamento¹⁶, além de intervenções globais para dedicar recursos ao rastreamento e tratamento da saúde mental dos profissionais de saúde^{15,17-19}.

4. DISCUSSÃO

É evidente que o advento da pandemia impactou diretamente a saúde mental dos profissionais, quer seja pelos sentimentos de medo, níveis elevados de estresse, bem como sobrecarga de trabalho. Dessa forma, considerando que há evidências que corroboram o risco eminente de novas pandemias, estudos com o foco em apresentar as diversas nuances associadas à essa problemática são valiosos^{18,22,23,28,29}. Essas pesquisas podem embasar e estimular estratégias contínuas e assertivas para mitigação e preparo, visando o enfrentamento de situações semelhantes^{18,22,23,28}.

Assim, a compreensão do perfil epidemiológico dos impactos da pandemia de Covid-19 sobre a saúde mental é essencial para o desenvolvimento de intervenções eficazes e políticas de suporte. Destaca-se que o TEPT foi a condição mais frequentemente relatada, seguido por ansiedade, depressão e sofrimento^{15,19,25}. A partir desse conhecimento é possível identificar os transtornos mais prevalentes e as suas causas subjacentes, além de direcionar ações de suporte psicológico e estratégias para mitigar o impacto a longo prazo³⁰.

Além disso, há evidências que confirmaram que os profissionais de saúde da linha de frente apresentaram risco significativamente maior de desenvolver transtornos mentais, assim como profissionais responsáveis por cuidados pré-hospitalares e paramédicos^{16,26,28}. Esses fatores devem ser levados em consideração na formulação e implementação de futuros serviços de apoio psicológico voltados tanto para os profissionais de saúde que enfrentaram a pandemia quanto para aqueles que possam vivenciar crises similares no futuro³¹.

Ainda, na atual revisão, notou-se que os enfermeiros foram os profissionais mais acometidos pela problemática em estudo, isso pode ser explicado pela maior sobrecarga de trabalho deste grupo, à natureza de sua responsabilidade profissional, que exige um

acompanhamento prolongado e contato direto com os pacientes, ao esgotamento ocupacional, ao trabalho na linha de frente durante à pandemia, exposição constante a pacientes infectados, falta de equipamentos de proteção individual e elevada possibilidade de contágio no ambiente de trabalho^{15,16,20-23}.

Além disso, observou-se maior frequência de sobrecarga mental em setores linha de frente e UTI, isso pode ser explicado, pelo aumento do número de óbitos, reforçado pela notícia do diagnóstico positivo de colegas de trabalho ou de sua morte²³. Nesse sentido, um inquérito epidemiológico revelou que 49,3% dos profissionais abordados relataram níveis graves ou extremamente graves de estresse, ansiedade e depressão. A análise comparativa mostrou que os profissionais de saúde que trabalhavam nas áreas de Covid-19 apresentaram sintomas significativamente maiores de estresse severo, ansiedade, depressão e níveis mais altos de esgotamento em comparação com aqueles que trabalham em outras áreas²⁶.

Confirmando esses dados, uma metanálise evidenciou que os profissionais de saúde que trabalharam durante a Covid-19 apresentaram sintomas clinicamente significativos de depressão (28,5%), ansiedade (28,7%), TEPT (25,5%), insônia (24,4%) e transtorno por uso de álcool ou substâncias (TUS) (25,3%). Os autores atribuíram esses resultados ao aumento nas cargas de trabalho, riscos de infecção, incerteza e sentimentos de ameaça durante a pandemia¹⁹. De modo semelhante, outra metanálise demonstrou que 32% dos profissionais de saúde analisados apresentaram ansiedade, 40,6% estresse, 32% depressão e 38,3% insônia, mais comuns entre enfermeiros que trabalham na linha de frente²⁰.

Nesse sentido, a sobrecarga de trabalho foi um dos principais fatores, pois, o aumento na demanda por atendimento levou ao esgotamento físico e emocional. A exposição contínua ao vírus, associada ao medo de contaminação própria e de familiares, pode ter sido responsável pelos altos níveis de ansiedade^{16,18,24,26}. Ainda, a falta de recursos, como EPIs adequados, aumentou a vulnerabilidade e a sensação de desamparo, ampliando o estresse. As incertezas sobre o curso da pandemia, bem como sobre seu tratamento aumentaram a sensação de impotência e frustração, agravando o risco dos transtornos psíquicos^{16, 18, 24, 26, 28}.

Outro fato relevante é que a sobrecarga de trabalho, o risco elevado de infecção e a escassez de EPIs foram obstáculos críticos para o controle e mitigação da deterioração da

saúde mental deste grupo. Além disso, a demanda constante por decisões rápidas e precisas em um ambiente de pressão intensa aumentou a sensação de esgotamento emocional^{15-17,19-21,23,24,26}.

Nessa perspectiva, torna-se importante a criação de estratégias para reduzir prejuízos à saúde mental de profissionais de saúde, como evidenciado em um estudo de coorte realizado em Portugal, no qual, as pontuações de estresse, ansiedade e depressão foram significativamente menores em enfermeiros que frequentemente ou sempre usaram todas as estratégias em comparação com os participantes que nunca ou raramente as usaram³². Outra pesquisa evidenciou que atividade física foi o comportamento de enfrentamento mais comum e o acesso a um terapeuta individual com aconselhamento autoguiado *on-line* despertou o maior interesse nos profissionais, essas estratégias foram capazes de reduzir sintomas depressivos e de ansiedade³³.

Por se tratar de uma revisão integrativa, esta pesquisa apresentou algumas limitações. Dessa forma, sugere-se a realização de novos estudos sistemáticos ou qualitativos, com metodologia mais robusta, evoluindo a compreensão holística dos fatores de risco para o acometimento de prejuízos à saúde mental causados pela pandemia de Covid-19.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em virtude das evidências apresentadas é possível afirmar que a pandemia de Covid-19 teve impactos profundos na saúde mental dos profissionais de saúde, principalmente devido à sobrecarga de trabalho, alto risco de infecção, escassez de EPIs e incertezas sobre o curso da pandemia. Condições como ansiedade, depressão e TEPT foram amplamente relatadas, com maior frequência em profissionais da linha de frente, de UTIs e enfermeiros, que enfrentaram níveis elevados de estresse e esgotamento emocional. Além disso, os fatores de risco, como exposição prolongada ao vírus e medo de contaminação, aumentaram significativamente as chances de transtornos psíquicos. Estratégias como programas psicoeducacionais e apoio psicológico são indicadas para mitigar esses impactos e promover a saúde mental dos profissionais.

Sob essa perspectiva, uma questão que deve ser explorada por estudos futuros é o efeito de intervenções psicológicas contínuas ao longo do tempo, principalmente após o término da pandemia. A compreensão de como essas estratégias afetam a resiliência e

recuperação a longo prazo são fundamentais para a implementação de políticas de saúde mais eficazes em crises futuras, contribuindo para o bem-estar contínuo dos profissionais de saúde.

REFERÊNCIAS

1. World Health Organisation (WHO). WHO Director-General's Opening Remarks at the Media Briefing on COVID-19 - 11 March 2020 [Internet]. World Health Organization. 2020. <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
2. Msemburi W, Karlinsky A, Knutson V, Aleshin-Guendel S, Chatterji S, Wakefield J. The WHO estimates excess mortality associated with the COVID-19 pandemic. *Nature*. 2022;613(7942):130–7.
3. World Health Organization (WHO). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 18 March 2020 [Internet]. World Health Organization. 2020. <https://iris.who.int/handle/10665/331490>
4. Galhardi CP, Freire NP, Minayo MC de S, Fagundes MCM. Fato ou Fake? Uma análise da desinformação frente à pandemia da Covid-19 no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2020;25(suppl 2):4201–10.
5. Li G, Hilgenfeld R, Whitley RJ, Clercq ED. Therapeutic strategies for COVID-19: progress and lessons learned. *Nature Reviews Drug Discovery*. 2023;22(6).
6. Bigoni A, Malik AM, Tasca R, Carrera MBM, Schiesari LMC, Gambardella DD, et al. Brazil's health system functionality amidst of the COVID-19 pandemic: An analysis of resilience. *The Lancet Regional Health – Americas* [Internet]. 2022;10(100222). [https://www.thelancet.com/journals/lanam/article/PIIS2667-193X\(22\)00039-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanam/article/PIIS2667-193X(22)00039-4/fulltext)
7. Chang D, Chang X, He Y, Tan KJK. The determinants of COVID-19 morbidity and mortality across countries. *Scientific Reports* [Internet]. 2022;12(1):5888. <https://www.nature.com/articles/s41598-022-09783-9>
8. Roy D, Ghosh R, Dubey S, Dubey MJ, Benito-León J, Kanti Ray B. Neurological and Neuropsychiatric Impacts of COVID-19 Pandemic. *Canadian Journal of Neurological Sciences / Journal Canadien des Sciences Neurologiques*. 2020;48(1):1–16.
9. Dantas ESO. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* [Internet]. 2021;25(Suppl 1):e200203. <https://www.scielo.org/article/icse/2021.v25suppl1/e200203/>
10. Moll V, Meissen H, Pappas S, Xu K, Rimawi R, Buchman TG, et al. The Coronavirus Disease 2019 Pandemic Impacts Burnout Syndrome Differently Among Multiprofessional Critical Care Clinicians—A Longitudinal Survey Study. *Critical Care*

Medicine [Internet]. 2022;50(3).
https://journals.lww.com/ccmjournals/abstract/9000/the_coronavirus_disease_2019_pandemic_impacts.95094.aspx

11. Fracarolli IFL, Oliveira SA de, Marziale MHP. Colonização bacteriana e resistência antimicrobiana em trabalhadores de saúde: revisão integrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2017;30(6):651–7.
12. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an Updated Guideline for Reporting Systematic Reviews. *British Medical Journal*. 2021;372(71).
13. Melnyk BM. *Evidence-based practice in nursing & healthcare: a guide to best practice*. Philadelphia, Pa. ; London: Lippincott Williams & Wilkins; 2005.
14. Li Y, Scherer N, Felix L, Kuper H. Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress disorder in health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. Pietschnig J, editor. *PLOS ONE* [Internet]. 2021;16(3):e0246454.
<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0246454>
15. Saragih ID, Tonapa SI, Saragih IS, Advani S, Batubara SO, Suarilah I, et al. Global Prevalence of Mental Health Problems among healthcare workers during The Covid-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Nursing Studies* [Internet]. 2021 Jun 13;121:104002.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0020748921001498>
16. Yilmaz A, Unal M, Yilmaz H, Tasdemir G, Ulutürk M, Kemanci A, et al. Impact of COVID-19 on Sleep, Anxiety, and Depression Among Medical Call Center Staff: Insights from a January 2021 Study. *Medical Science Monitor* [Internet]. 2024;30(e945327).
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11382617/pdf/medscimonit-30-e945327.pdf>
17. Asaoka H, Watanabe K, Miyamoto Y, Restrepo-Henao A, der Ven E van, Moro MF, et al. Association of depressive symptoms with incidence and mortality rates of COVID-19 over 2 years among healthcare workers in 20 countries: multi-country serial cross-sectional study. *BMC Medicine*. 2024;22(1).
18. Huang J, Huang ZT, Sun XC, Chen TT, Wu XT. Mental health status and related factors influencing healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*. 2024;19(1):e0289454–4.
19. Lee BEC, Ling M, Boyd L, Olsson C, Sheen J. The prevalence of probable mental health disorders among hospital healthcare workers during COVID-19: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*. 2023;330:329–45.
20. Varghese A, George G, Kondaguli SV, Naser AY, Khakha DC, Chatterji R. Decline in the mental health of nurses across the globe during COVID-19: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Global Health*. 2021;11(11).

21. Sanghera J, Pattani N, Hashmi Y, Varley KF, Cheruvu MS, Bradley A, et al. The impact of SARS-CoV-2 on the mental health of healthcare workers in a hospital setting-A Systematic Review. *Journal of Occupational Health* [Internet]. 2020;62(1):e12175. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33131192/>
22. García-Vivar C, Rodríguez-Matesanz I, San Martín-Rodríguez L, Soto-Ruiz N, Ferraz-Torres M, Escalada-Hernández P. Analysis of mental health effects among nurses working during the COVID -19 pandemic: A systematic review. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2022;30(3).
23. Silva FCT da , Neto MLR. Psychiatric disorders in health professionals during the COVID-19 pandemic: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*. 2021;140:474–87.
24. Kamra M, Dhaliwal S, Li W, Acharya S, Wong A, Zhu A, et al. Physician Posttraumatic Stress Disorder During COVID-19. *JAMA Network Open* [Internet]. 2024;7(7):e2423316–6. <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2821460#:~:text=A%20p,lausible%20mechanism%20is%20perceived>
25. Carmassi C, Bertelloni CA, Dell’Oste V, Pedrinelli V, Fantasia S, Atti AR, et al. The relationship between peritraumatic distress, mental health symptoms and functioning impairment in healthcare workers during the COVID-19 emergency. *CNS Spectrums*. 2024;29(4):1–23.
26. Taleb S, Vahedian-Azimi A, Karimi L, Salim S, Mohammad F, Samhadaneh D, et al. Evaluation of psychological distress, burnout and structural empowerment status of healthcare workers during the outbreak of coronavirus disease (COVID-19): a cross-sectional questionnaire-based study. *BMC Psychiatry* [Internet]. 2024;24(1):61. <https://rdcu.be/dwKhe>
27. Hoffmann S, Schulze S, Löffler A, Becker J, Hufert F, Gremmels HD, et al. Did the prevalence of depressive symptoms change during the COVID-19 pandemic? A multilevel analysis on longitudinal data from healthcare workers. *International Journal of Social Psychiatry*. 2023;70(1):87–98.
28. Wan H, He L, Luan S, Zhang C. Risk factors of developing psychological problems among frontline healthcare professionals working in the COVID-19 pandemic era: a meta-analysis. *BMC Public Health* [Internet]. 2023;23(1). <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10571421/>
29. Williams BA, Jones CH, Welch V, True JM. Outlook of pandemic preparedness in a post-COVID-19 world. *npj Vaccines* [Internet]. 2023;8(1):1–12. <https://www.nature.com/articles/s41541-023-00773-0>
30. Oliveira FES de, Costa ST, Dias VO, Martelli Júnior H, Martelli DRB. Prevalência de transtornos mentais em profissionais de saúde durante a pandemia da COVID-19:

revisão sistemática. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* [Internet]. 2022;71(4):311–20.
<https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/NKFqF7pZWNfmmTLc79pYYCD/?lang=pt>

31. Silva Max da, Santos MMA, Araújo AB, Galvão CRC, Barros MMM de, Silva AC de O e, et al. Fatores de risco à saúde mental dos profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19: revisão sistemática. *Ciência & Saúde Coletiva* [Internet]. 2023;28(10):3033–44.
<https://www.scielo.br/j/csc/a/RSqcZhryCDgVbD88sH6fRRp/?format=pdf&lang=pt>
32. Pinho L, Correia T, Sampaio F, Sequeira C, Teixeira L, Lopes M, et al. The use of mental health promotion strategies by nurses to reduce anxiety, stress, and depression during the COVID-19 outbreak: A prospective cohort study. *Environ Res* 2021;195.
<https://doi.org/10.1016/j.envres.2021>.
33. Shechter A, Diaz F, Moise N, Anstey DE, Ye S, Agarwal S, et al. Psychological distress, coping behaviors, and preferences for support among New York healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *General Hospital Psychiatry*. 2020;66(66):1–8.