

**UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE - UNESC
CURSO DE PSICOLOGIA**

LARA BORGES SELAU

**SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA AREA DA ENFERMAGEM EM
TEMPOS DE PANDEMIA (COVID-19)**

**CRICIÚMA
2022**

LARA BORGES SELAU

**SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA AREA DA ENFERMAGEM EM
TEMPOS DE PANDEMIA (COVID-19)**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado para obtenção do grau de Psicologia no curso de Psicologia da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC.

Orientador(a): Prof. Fernanda Fernandes

CRICIÚMA

2022

LARA BORGES SELAU

**SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA AREA DA ENFERMAGEM EM
TEMPOS DE PANDEMIA (COVID-19)**

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado pela Banca Examinadora para obtenção do Grau de Psicologia, no Curso de Psicologia da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC, com Linha de Pesquisa em pesquisa bibliográfica.

Criciúma, 15 de junho de 2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Fernanda de Souza Fernandes – Mestre-UNESC – Orientadora

Prof^a. Luana Bez - Especialista - (UNESC)

Enf^a. Mariana Freitas Comin - Mestre - (UNESC)

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus que iluminou e me abençoou dando sabedoria para realizar esta pesquisa.

A minha família, grata por todo apoio e por me compreenderem nos momentos mais difíceis, em especial para a minha mãe por toda oração dedicada a mim durante a pesquisa.

Ao meu esposo por toda compreensão, carinho e motivação durante este período.

Agradeço também aos meus amigos nunca deixaram que eu desistisse nos momentos difíceis que surgiram durante a pesquisa, sempre me apoiaram e me motivaram.

A minha orientadora Fernanda, por toda sabedoria, por todo conhecimento compartilhado, pela forma como me acolheu aceitando o tema apresentado, orientando e me conduzindo até aqui.

Agradeço a Professora Luana por ter aceitado meu convite e fazer parte desse momento, grata por todo conhecimento compartilhado durante a graduação, servindo como inspiração para mim.

Agradeço também a Enfermeira Mariana por ter aceitado participar de minha banca, sendo ela um papel essencial para esta pesquisa.

Um sonho é apenas um desejo, até o momento em que você começa a atuar sobre ele, e propõe-se a transformá-lo em uma meta.

Mary Kay Ash

RESUMO

No momento atual o mundo passa por tempos difíceis no contexto da saúde, com o início da doença Coronavírus (COVID-19), causada pelo Coronavírus da Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2). Em tempos de pandemia as taxas crescentes de problemas emocionais veem atingindo os enfermeiros, havendo um aumento significativo de estresse e exaustão de trabalho, durante a pandemia COVID-19. Tais profissionais são expostos com frequência a riscos de contaminação, a falta de recursos materiais adequados para atender as grandes demandas de pacientes infectados. Vale ressaltar que o ambiente que trabalham muitas vezes é exaustivo e marcado por experiências intensas, pois lidam com o sofrimento e dor das pessoas, com mortes de pacientes, o que pode ajudar as manifestações de altos níveis de estresse, como resultado, esta situação pode tornar o surgimento de sofrimento emocional nesses profissionais. Objetiva-se com este trabalho compreender quais as estratégias de adaptação dos profissionais da enfermagem que trabalham na linha de frente em hospitais na pandemia COVID-19. A metodologia deste trabalho é pesquisa bibliográfica do tipo revisão narrativa com base na abordagem qualitativa do tipo descritivo e exploratório. Diante das pesquisas realizadas, os resultados constituíram em duas categorias desenvolvidas a partir do levantamento dos 8 artigos para estudo e análise dos mesmos, dentre elas: Impactos da saúde mental nos profissionais de saúde durante a pandemia; Estratégias de enfrentamento e promoção de saúde durante a pandemia Covid-19. Através deste estudo conclui que haja mudanças nesse cenário, é de extrema importância que gestores de saúde e autoridades governamentais acolham os enfermeiros gerando um espaço para acolhimento e escuta para suas necessidades e expectativas. Portanto sugere-se que gestores se sensibilizem para realizar programas e ações efetivas que garantam a qualidade de vida dos enfermeiros que atuam nesta área. Que o conselho de classe da enfermagem inicie um plano de contingência para o suporte psicoemocional pós-pandemia para os trabalhadores da enfermagem.

Palavras-chave: COVID-19. Saúde Mental. Enfermagem. Pandemia. Sofrimento emocional.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Artigos selecionados de acordo com título, autores, ano, metodologia e resultados **Erro! Indicador não definido.**

Continuação do quadro 1 - Artigos selecionados de acordo com título, autores, ano, metodologia e resultados 31

Continuação do quadro 1 - Artigos selecionados de acordo com título, autores, ano, metodologia e resultados 32

LISTA DE SIGLAS

| | |
|--------------|--|
| ANVISA | Agência Nacional de Vigilância Sanitária |
| CEP | Comitê de Ética em Pesquisa |
| COFEN | Conselho Federal de Enfermagem |
| COVID-19 | Coronavírus |
| DPOC | Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica |
| EPI | Equipamento de proteção Individual |
| OMS | Organização Mundial de Saúde |
| ONG | Organização não governamental |
| PIC | Práticas integrativa complementares |
| SARS - CoV-2 | Novo coronavírus |
| SE | Sofrimento emocional |
| SG | Síndrome Gripal |
| SUS | Sistema único de Saúde |
| TEPT | Transtorno do Estresse- Pós Traumático |
| TOC | Transtorno Obsessivo-Compulsivo |

SUMÁRIO

| | |
|--|-----------|
| 1 INTRODUÇÃO | 10 |
| 1.1 TEMA | 11 |
| 1.2 PROBLEMA | 11 |
| 1.3 HIPOTESE | 11 |
| 1.4 OBJETIVO..... | 12 |
| 1.4.1 Objetivos geral | 12 |
| 1.4.2 Objetivos específicos | 12 |
| 2 FUNDAMENTAÇÃO TEORICA | 13 |
| 2.1 CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19 | 13 |
| 3 A SAUDE MENTAL DOS ENFERMEIROS | 17 |
| 3.1 A COVID-19 E AS CONSEQUÊNCIAS EMOCIONAIS NOS ENFERMEIROS ... | 17 |
| 3.2 A ENFERMAGEM E O ENFRENTAMENTO A COVID-19 | 19 |
| 3.3 O SOFRIMENTO EMOCIONAL (SE) DOS ENFERMEIROS QUE ATUAM FRENTE A PANDEMIA..... | 24 |
| 3.3.1 Estratégias de enfrentamento para o profissional enfermeiro | 26 |
| 4 METODOLOGIA | 27 |
| 4.1 TIPO DE PESQUISA..... | 27 |
| 4.2 COLETA DE DADOS | 28 |
| 4.3 ANÁLISE DE DADOS..... | 28 |
| 5 RESULTADOS | 30 |
| 5.1 ANÁLISE E RESULTADOS..... | 33 |
| 5.2 IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL NOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA..... | 34 |
| 5.3 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO E PROMOÇÃO DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA COVID-19..... | 36 |
| 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS | 41 |
| REFERÊNCIAS | 42 |

1 INTRODUÇÃO

O interesse pela elaboração deste estudo originou-se durante o início da pandemia COVID-19, período em que houve repercussões não apenas de ordem biomédica e epidemiológica em escala global, mas também repercussões e impactos sociais, econômicos, políticos, culturais e históricos sem precedentes na história recente das epidemias. Por tanto o tema proposto neste trabalho, visa compreender a adaptação dos enfermeiros diante a pandemia.

Desde que a Organização Mundial de Saúde (OMS) classificou o novo coronavírus (SARS-CoV-2) como o causador da pandemia Covid-19, e o Brasil passou a registrar o aumento do número de casos dessa doença, as taxas também estavam cada vez maiores de problemas emocionais que atingem os enfermeiros, tendo um aumento significativo de estresse e exaustão de trabalho, durante a pandemia.

Tais profissionais são expostos com frequência a riscos de contaminação, a falta de recursos materiais adequados para atender as grandes demandas de pacientes infectados. Vale ressaltar que o ambiente que trabalham muitas vezes é exaustivo e marcado por experiências intensas, pois lidam com o sofrimento e dor das pessoas, com mortes de pacientes, o que pode ajudar as manifestações de altos níveis de estresse, como resultado, esta situação pode tornar o surgimento de sofrimento emocional nesses profissionais (OLIVEIRA, 2020).

Diante disso de acordo com (SOUZA et al., 2021),

Evidencia-se o risco aumentado de adoecimento psíquico dos trabalhadores de enfermagem em razão do isolamento social que os afastam de familiares e entes queridos; de observarem elevado quantitativo de óbitos de pacientes sob seus cuidados; de vivenciarem o processo de morte e morrer de colegas de trabalho em consequência da contaminação pelo SARV-CoV-2 (3) . Soma-se a este cenário, a configuração de uma crise econômica internacional e do agravamento da instabilidade financeira do Brasil, que pode resultar em amplo desemprego tanto de profissionais da saúde quanto de seus familiares. (SOUZA et al., 2021, p. 3).

No Brasil, bem como em outros países, milhares de profissionais de saúde foram afastados das atividades profissionais por terem adquirido a infecção e muitos morreram em consequência da COVID-19, segundo o conselho COFEN, representam quase 40% do número global de casos. Muitos profissionais de saúde na linha de frente de atendimento de casos de COVID-19 mostram exaustão física e mental,

dificuldades na tomada de decisão e ansiedade pela dor de perder pacientes e colegas, além do risco de infecção e a possibilidade de transmitir para familiares.

Esta pesquisa teve como objetivo refletir e pesquisar sobre a saúde mental dos profissionais da enfermagem no contexto da pandemia COVID-19. Discorreu-se sobre os seguintes tópicos: o contexto da covid-19, a saúde mental dos enfermeiros, a covid-19 e as consequências emocionais nos enfermeiros, a enfermagem e o enfrentamento da covid-19, o sofrimento emocional (se) dos enfermeiros que atuam frente a pandemia, estratégias de enfrentamento para o profissional enfermeiro, metodologia, análise de dados, resultados e análise e resultados.

1.1 TEMA

Saúde mental dos profissionais da área da enfermagem em tempos de pandemia (COVID-19)

1.2 PROBLEMA

Como está a adaptação dos profissionais da enfermagem que trabalham na linha de frente em hospitais na pandemia COVID-19?

1.3 HIPOTESE

A pandemia de coronavírus impôs mudanças à rotina de toda a população. Para os profissionais de saúde que estão na linha de frente do enfrentamento à Covid-19, o impacto é ainda maior.

Suponho que no início da pandemia como era um vírus de fácil transmissão e que quase ninguém conhecia, e de que qual era melhor e mais segura maneira de se proteger, os enfermeiros tiveram que se adaptar ao novo normal, sendo assim exigindo uma resposta rápida dos profissionais, buscando formas mais seguras de atender a sociedade, sendo eles expostos com frequência a riscos de contaminação, a falta também de recursos materiais adequados para atender as grandes demandas de pacientes infectados e a quantidade de pacientes vindo a falecer por causa do vírus.

Vale ressaltar que o ambiente que trabalham muitas vezes é exaustivo e marcado por experiências intensas, pois lidam com o sofrimento e dor das pessoas, com mortes de pacientes, o que pode ajudar as manifestações de altos níveis de estresse, como resultado, esta situação pode tornar o surgimento de sofrimento emocional nesses profissionais.

1.4 OBJETIVO

1.4.1 Objetivos geral

Compreender quais as estratégias de adaptação dos profissionais da enfermagem que trabalham na linha de frente em hospitais na pandemia COVID-19.

1.4.2 Objetivos específicos

- Entender o cenário de atuação que os profissionais da enfermagem vivenciaram durante a pandemia do coronavírus.
- Identificar os principais impactos na saúde mental dos enfermeiros que trabalham na linha de frente do Covid-19.
- Investigar se o esgotamento emocional e a exaustão do trabalho diante a pandemia prejudicam o trabalho dos enfermeiros diariamente.
- Identificar quais as estratégias de enfrentamento encontradas pelos profissionais nos momentos mais críticos da pandemia.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEORICA

2.1 CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

Iniciamos o ano de 2020 aterrorizados com o começo de uma nova doença, causada por uma mutação do coronavírus, levando a organização mundial de saúde (OMS), em final de janeiro, a declarar emergência em saúde pública de interesse internacional. Essa nova doença, a covid-19, ocasionada pelo novo coronavírus (sars-cov-2), teve seus primeiros casos detectados na china, na cidade de Wuhan, e devido à alta transmissibilidade rapidamente se espalhou para todos os continentes (PEREIRA; LIMA; SANTOS, 2021)

De acordo com o Ministério da Saúde (OMS) (2021), o COVID-19 é uma doença causada pela corona vírus SARS-CoV-2, ele é um vírus causado por infecções respiratórias, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves. Em geral os pacientes com COVID-19 (cerca de 80%) podem ser assintomáticos e 20% dos casos podem precisar de atendimento hospitalar por apresentarem dificuldade respiratória e desses casos aproximadamente 5% podem necessitar de suporte para o tratamento de insuficiência respiratória (suporte ventilatório).

De acordo com o Ministério da Saúde (2021), os sinais mais comuns da infecção incluem febre e tosse seca e, em menor proporção, sintomas respiratórios, dores no corpo e incômodo na garganta. Algumas pessoas são infectadas, mas não apresentam sintomas e não se sentem mal. Cerca de 80% se recuperam sem precisar de tratamento especial e 1 em cada 6 pessoas que contraem o coronavírus fica gravemente doente e desenvolve dificuldade em respirar. Pessoas idosas e que têm problemas crônicos, como pressão alta, problemas cardíacos ou diabetes, têm maior probabilidade de desenvolver a forma grave da doença.

Pessoas com febre, tosse e dificuldade em respirar devem procurar orientação médica. A transmissão acontece por uma pessoa infetada para outra com um contato próximo, como, aperto de mão, gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

Segundo o Ministério da Saúde (2021), o quadro clínico inicial da doença é identificado como Síndrome Gripal (SG). O diagnóstico pode ser feito por investigação

clínico-epidemiológica, anamnese e exame físico adequado do paciente, caso este apresente sinais e sintomas característicos da covid-19. Deve-se considerar o histórico de contato próximo ou domiciliar nos 14 dias anteriores ao aparecimento dos sinais e sintomas com pessoas já confirmadas para covid-19.

O diagnóstico laboratorial pode ser realizado por testes de biologia molecular, sorologia ou testes rápidos.

Diante a emergência provocada pelo covid-19 o Ministério da Saúde tem estabelecido medidas de enfrentamento da mesma, dentre elas estão como distanciamento social, etiqueta respiratória e de higienização das mãos, uso de máscaras, limpeza e desinfecção de ambientes, isolamento de casos suspeitos e confirmados e quarentena dos contatos dos casos de covid-19, conforme orientações médicas.

Ademais, OMS recomenda ainda a vacinação contra a covid-19 dos grupos prioritários conforme o Plano Nacional de Operacionalização da Vacinação. Estas medidas devem ser utilizadas de forma integrada, a fim de controlar a transmissão do SARSCoV-2, permitindo também a retomada gradual das atividades desenvolvidas pelos vários setores e o retorno seguro do convívio social (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

Condições e fatores de risco a serem considerados para possíveis complicações da covid-19:

- Idade igual ou superior a 60 anos;
- Tabagismo;
- Obesidade;
- Miocardiopatias de diferentes etiologias (insuficiência cardíaca, miocardiopatia isquêmica etc.);
- Hipertensão arterial;
- Doença cerebrovascular;
- Pneumopatias graves ou descompensadas (asma moderada/grave, DPOC);
- Imunodepressão e imunossupressão;
- Doenças renais crônicas em estágio avançado (graus 3, 4 e 5);
- Diabetes melito, conforme juízo clínico;

- Doenças cromossômicas com estado de fragilidade imunológica;
- Neoplasia maligna (exceto câncer não melanótico de pele);
- Cirrose hepática;
- Algumas doenças hematológicas (incluindo anemia falciforme e talassemia);
- Gestação.

De acordo com o Ministério da saúde (2021), o Brasil já registra 599.810 óbitos e 20.609.046 recuperados até o momento.

As vacinas adotadas pelo SUS passaram por todas as etapas necessárias para a criação de um novo imunizante e cumprem a critérios científicos rigorosos adotados pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Dentre elas estão com o registro definitivo a Astrazeneca/Oxford (Fiocruz) e Pfizer (BioNTech), aprovadas pelo uso emergencial, Janssen (Johnson & Johnson) e CoronaVac (Butantan), e as que estão em análise Covaxin (Bharat Biotech) e Sputnik-V (União Química). E o Brasil se encontra no 4º lugar no ranking de pessoas com a primeira dose 153,36 milhões e com as duas doses 96,37 milhões.

De acordo com a OMS, qualquer situação em que as pessoas fiquem muito tempo próximas umas das outras aumenta o risco de transmissão do vírus. Áreas internas, especialmente aquelas com pouca ventilação, estão associadas a um risco aumentado em contraste com áreas abertas. O risco de transmissão do vírus também é aumentado por atividades que liberam partículas da boca, como cantar ou respirar rápido durante o exercício.

Nesse sentido, a regra dos “três Ms” deve ser lembrada, indicando locais onde a infecção pelo COVID-19 ocorre com muito mais facilidade:

- Lugares cheios;
- Locais de contato próximo, especialmente aqueles em que as pessoas conversam de perto;
- Locais confinados, fechados e mal ventilados.

O risco de espalhar o vírus COVID-19 é especialmente alto quando esses três M se sobrepõem.

Ambientes de saúde onde os pacientes estão sendo tratados para COVID-19 correm maior risco de infecção durante procedimentos médicos chamados procedimentos geradores de aerossóis. Eles podem produzir pequenas gotículas que podem permanecer no ar por muito tempo e se espalhar por distâncias que excedem o distanciamento social (geralmente 1 metro).

Portanto, os profissionais de saúde que realizam ou permanecem em tais procedimentos devem tomar precauções especiais contra infecções transmitidas pelo ar, incluindo o uso de equipamentos de proteção individual adequados, como respiradores. Ela mesma razão, não é permitida a entrada de visitantes nas salas para os procedimentos mencionados.

3 A SAUDE MENTAL DOS ENFERMEIROS

3.1 A COVID-19 E AS CONSEQUÊNCIAS EMOCIONAIS NOS ENFERMEIROS

A enfermagem é conceituada como a arte do cuidar, devido a esses profissionais estarem a maior parte do tempo próxima ao paciente, como também dentro dos diferentes cenários do cuidar, proporcionando o cuidado de forma integral. Entretanto, o ambiente hospitalar, postos de saúde, entre outros, possivelmente traz consigo impactos à saúde do trabalhador, desenvolvendo-se tanto no âmbito físico como psíquico (PEREIRA et al., 2020).

Segundo o COFEN, o número de enfermeiros e técnicos possivelmente infectados e afastados deu um salto mais significativo na 2ª quinzena do mês de abril de 2020. O aumento foi de 660%, ou seja, de 158 foi para 1.203 casos. A maioria dos profissionais de enfermagem afastados tem entre 31 e 40 anos de idade, e 83% são mulheres

Diante das circunstâncias que estamos vivendo, os autores Pereira et al. (2020), ressaltam que após o surto de COVID-19 foram identificados sintomas de sofrimento emocional (SE) em profissionais de saúde devido a estarem em ambientes de alto risco de contaminação pelo vírus, como também ao efeito da doença na sua vida profissional, humor deprimido, trabalhar em um serviço de alto risco e alta demanda de pacientes aos seus cuidados.

Segundo Noal et al. (2020), ainda existe muita desinformação ou mesmo discriminação ao se falar sobre saúde mental. O sofrimento psicológico, com frequência, é visto como uma fraqueza. Manter a saúde mental diante da elevada carga de estresse que todos estão passando diante da pandemia, somadas às demandas de trabalho de enfrentamento da COVID-19, não é coisa simples de fazer. Embora todos os profissionais estejam, a princípio, submetidos às mesmas condições de trabalho, a experiência é vivenciada de modo singular para cada um.

Nem todos aqueles que trabalham no enfrentamento à COVID-19 vão adoecer psicologicamente. Mas, se o estresse crônico estiver afetando o bem-estar e, de algum modo, prejudicando o desempenho das funções atribuídas a esses profissionais, um serviço especializado de saúde mental pode ajudá-los no reequilíbrio emocional.

De acordo com Noal et al. (2020),

Sinais comuns em trabalhadores de saúde durante a COVID-19 são: irritabilidade, insônia ou sonolência incomum, falta de apetite ou fome fora do comum, baixa concentração, desânimo ou aceleração, fraqueza/baixa energia, dificuldade para relaxar ou ficar rememorando os acontecimentos do dia no período de descanso, dores no corpo persistentes (ex. dor de cabeça, no estômago, alergias cutâneas), tremores sem explicação, inquietação e desesperança. (NOEL et al. 2020. p, 43).

A existência de algum desses sinais é prevista, mas a frequência, a persistência e a intensidade deles podem exigir uma atenção maior, em particular, se em alguma medida, prejudicam a qualidade de vida do trabalhador e/ou interferem negativamente na execução das suas tarefas diárias.

Importante ressaltar que muitas vezes os enfermeiros realizam seu trabalho em um ambiente cheio de experiências intensas, lidando com a dor, o sofrimento, mortes e recuperações, o que pode favorecer o surgimento de grandes níveis de estresse, conseqüentemente, esta situação pode se tornar o início para o surgimento de SE nesses profissionais (PEREIRA, 2020).

Diante deste número crescente de infectados e a exposição de situações altamente desafiadoras e traumáticas, existem relatos de adoecimento psíquico como a manifestação de transtornos de ansiedade generalizada, depressão, alterações na qualidade do sono, Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC), ataques de pânico, síndrome de Burnout ou esgotamento profissional, Transtorno do Estresse- Pós-Traumático (TEPT), chegando até a caso de suicídio (DE LUCCA; MOREIRA, 2020).

Os profissionais de enfermagem vêm enfrentando situações difíceis diante da pandemia de COVID-19, eles ficam inseguros a se relacionar com outros indivíduos fora do contexto onde trabalham, por medo de contaminar pessoas próximas a eles, o que pode causar o aumento do sentimento de isolamento, diante das várias mudanças no protocolo de atendimento, por causa do COVID-19 (PEREIRA et al. 2020).

De acordo com Pereira et al., (2020), o trabalho de saúde e o adoecimento estão interligados à vida das pessoas. Desse modo, ao mesmo tempo que o trabalho é fonte de prazer, gera sofrimento, em maior ou menor grau, sendo capaz de causar prejuízos à saúde mental e física dos trabalhadores da enfermagem (PEREIRA et al., 2020).

De acordo com Pereira (2020):

Os enfermeiros enfrentam situações de violência física, verbal e psicológica. E revelou ainda, que somente 29% desses profissionais se sentem seguros em seus ambientes de trabalho. A pesquisa do órgão, em parceria com a Fiocruz revelou ainda, que 19,7% já sofreram violência no ambiente de trabalho, sendo 66,5% violência psicológica, 26,3% verbal e 15,6% violência física. O órgão recomenda ainda, que os casos de violência sofrida contra profissionais de Enfermagem, em ambiente de trabalho, devem ser notificados também ao respectivo conselho regional, para que seja prestado apoio. (PEREIRA, 2020. p.13).

De acordo com Pereira et al., (2020), atualmente, os enfermeiros vêm se deparando com grandes desafios impostos pelo Covid-19, pelas seguintes razões: alto risco de ser infectado pelo vírus, de adoecer e até morrer, chances de infectar outros indivíduos, angústia e esgotamento, exposição a mortes em ampliadas proporções, decepção por não conseguirem salvar vidas independentemente dos esforços, ameaças e ofensas propriamente ditas, executadas por indivíduos que procuram atendimento e não podem ser acolhidos por limites de recursos, bem como, o distanciamento de amigos, familiares e altas cargas de trabalho.

É de extrema importância o acompanhamento psicológico destinado aos enfermeiros, por se encontrarem vulneráveis ao SE e a exaustão mental. Porém, muitos profissionais não conferem a necessária importância aos seus problemas de saúde psíquica, o que pode causar sérios prejuízos, nos cuidados prestados ao paciente em curto prazo, causando um desgaste emocional (PEREIRA et al. 2020).

3.2 A ENFERMAGEM E O ENFRENTAMENTO A COVID-19

Entre os trabalhadores da área da saúde, os profissionais da enfermagem é o que se mais destacam pelo enfrentamento da covid-19, são exemplares na hora de combater e prestar assistência especializada nos serviços públicos e privados, sendo eles fundamentais e peça-chave na estrutura das profissões em saúde.

Os profissionais de saúde são particularmente susceptíveis a infecção. No Brasil, bem como em outros países, milhares de profissionais de saúde foram afastados das atividades profissionais por terem adquirido a infecção e muitos morreram em consequência da COVID-19, segundo o conselho COFEN, representam quase 40% do número global de casos. Muitos profissionais de saúde na linha de frente de atendimento de casos de COVID-19 mostram exaustão física e mental, dificuldades na tomada de decisão e ansiedade pela dor de perder pacientes e colegas, além do risco de infecção e a possibilidade de transmitir para familiares.

Sendo assim, a importância do reconhecimento que tais classes de profissionais da saúde estão no combate da linha de frente nos atendimentos aos casos de covid-19, tanto na atenção primária a hospitalar, tendo eles um papel primordial no combate ao vírus (PEREIRA; LIMA; SANTOS, 2021). Pois os enfermeiros é que estão mais próximos aos pacientes, significando serem os únicos da área que permanecem o tempo todo ao lado dos pacientes, estando mais vulneráveis e mais propensos a infecção. Além disso o profissional da enfermagem passa diariamente por estresses psicológicos, desafios sociais, comportamentais, familiares e valores que impactam em suas vidas neste período de pandemia.

Segundo informações publicadas em janeiro de 2021 pelo Conselho Federal de Enfermagem (2021), quando o Brasil registrou a marca de 200.000 óbitos, 500 eram profissionais que trabalhavam na linha de frente e que perderam sua vida entre 2020 e 2021, este é o total de enfermeiras, técnicos, auxiliares de enfermagem e obstetrizes.

De acordo com De Lucca e Moreira (2020), uma pesquisa feita com profissionais da enfermagem contou que cerca de 80% dos trabalhadores entrevistados tinham medo de atuar na pandemia da COVID-19, principalmente pela preocupação de contaminar os familiares e por não ter condições seguras para trabalhar. Além de tudo, os profissionais da linha de frente apontaram falta de EPI, de treinamentos, de fluxo nos atendimentos e sobrecarga de trabalho.

O número de contaminados e afastados do trabalho pela sobrecarga dos profissionais da enfermagem que trabalham na linha de frente vem crescendo, ainda mais as equipes de saúde e contribuindo para o esgotamento psíquico da equipe de enfermagem. De Lucca e Moreira (2020), afirmam o estresse ocupacional é um importante indicador de exaustão psíquica no enfrentamento da pandemia da COVID-19 e tem gerado muitas incertezas e isso reflete na saúde mental dos profissionais da enfermagem.

De Lucca e Moreira (2020. p, 5.), falam que para que se construam estratégias de promoção e prevenção à saúde mental dos trabalhadores da saúde é necessário compreender os fatores psicossociais relacionados ao sofrimento no trabalho, dentre os quais se destacam:

À falta de EPIs; o medo de ser infectado; a falta de apoio; a preocupação com os familiares, principalmente, com os filhos; a sobrecarga de trabalho devido aumento da demanda e da jornada de trabalho; a falta de acesso à

informações e treinamentos atualizados; o receio de perder os meios de subsistência; a angústia de se separar de entes queridos; sofrimento por reviver experiências anteriores e o estigma da população em relação aos profissionais que trabalham na linha de frente aos pacientes com COVID-19. (DE LUCCA; MOREIRA, 2020. p, 5).

É de extrema importância que os profissionais da enfermagem sejam apoiados durante o manejo da COVID-19 com protocolos atualizados de controle de infecção, tenham acesso aos EPI em seu local de trabalho, recebam treinamentos contínuos e apoio dos líderes e das chefias, que devem fornecer recursos para amparar os profissionais expostos ou que vivenciaram outros danos relacionados ao surto e que sejam testados sistematicamente na vigência de sintomas.

Diante desta situação, o avanço dos casos confirmados entre profissionais de saúde acaba comprometendo diretamente a reposição da equipe, e aumenta a sobrecarga de trabalho. Sentir-se sobrecarregado ou sob pressão, sentimentos de fracasso, angústias, medo de transmitir o vírus para a família, se tornam cada vez mais presentes na rotina desses trabalhadores, o que afeta diretamente sua saúde mental (DUARTE, 2021).

De acordo com De Lucca e Moreira (2020),

Os profissionais da saúde projetam-se para depois do outro e não a si mesmo, tornando explícito o quanto ele precisa de apoio. O suporte psicossocial para a equipe de enfermagem é essencial para preservar sua saúde a curto e longo prazo, especialmente, em situações muito estressoras. A garantia do bem-estar depende da elaboração de estratégias articuladas desde a prevenção, promoção da saúde mental, até o tratamento e reabilitação desses profissionais, devendo envolver a instituição e toda a equipe. (LUCCA; MOREIRA, 2020. p, 5).

As práticas de apoio social mais importante durante os surtos são o envolvimento da liderança com os demais trabalhadores da equipe de saúde, através de uma comunicação eficiente; o reconhecimento da importância do trabalho em equipe; o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional; o incentivo do apoio entre os colegas de trabalho e melhora das relações de trabalho; a oferta de estratégias que promovam e protejam a saúde mental; promoção da autonomia do trabalhador; a participação nos processos e nas discussões de fluxos, rotinas e protocolos de implementação de estratégias assistenciais, entre outras (DE LUCCA; MOREIRA, 2020).

Diariamente os profissionais da saúde são pressionados para serem cada vez mais resilientes, porém, os serviços de saúde precisam oferecer condições apropriadas de trabalho no campo de recursos técnicos e de gestão. Em situações bastante estressantes como esta que estamos vivendo ao combate à COVID-19, a resignação e resistência da equipe parece estar mais relacionada ao apoio entre os membros da equipe do que à capacidade de enfrento individual.

A carência do devido suporte para a equipe de enfermagem causa frustração e insegurança no trabalho e, a falta de apoio dos colegas, chefias e da própria instituição geram angústias e até o desejo de abandonar a profissão.

É preciso considerar a equipe de enfermagem de todos os serviços de saúde, dentro e fora dos muros dos hospitais. O papel da Enfermagem é fundamental em todos os sistemas de saúde, por isso, o apoio social dos colegas de trabalho, das chefias, da instituição de trabalho e das entidades governamentais é fundamental para a preservação e manutenção da saúde mental desses profissionais para que tenham condições de continuar cuidando da saúde do próximo. (DE LUCCA; MOREIRA, 2020. p 7).

No entanto, temos que considerar que, quando os profissionais de saúde se infectam, ainda que de forma mais branda, a consequência adicional é a redução da força de trabalho em saúde, disponível e capaz de cuidar das pessoas, o que neste momento consiste em uma das necessidades mais críticas no mundo. E foi nessa perspectiva que a OMS reconheceu no dia mundial da saúde, em 7 de abril de 2020, a escassez de cerca de quase 6 milhões de profissionais enfermeiros no mundo (OLIVEIRA, 2020).

Percebeu-se a importância de tratamentos psicológicos ou psiquiátricos à essa população, uma vez que, o cuidado em saúde mental favorece atuação do profissional no seu local de trabalho, e a ausência disso reduzirá o seu potencial de cuidado, aumentarão as chances de afastamentos, disseminações, mortes e consequências posteriores a crise desta pandemia (PRADO et al. 2020).

A intervenção neste momento de crise deve ser baseada no acolhimento do sujeito e de suas emoções, de forma sensível, empática, por meio da escuta ativa e qualificada que é a base da comunicação terapêutica. Segundo Prado et al. (2020) as intervenções devem ter foco no enfrentamento eficaz, na resolução de problemas, na esperança e pensamentos positivos a fim de provocar respostas psicoemocionais adaptativas e saudáveis.

Noal et al. (2020), traz que a exaustiva carga de trabalho pode comprometer o autocuidado do trabalhador, contudo tão importante quanto adotar as medidas de proteção para saúde física é adotar também as de proteção para saúde mental. Dentre elas são:

- Cuidar do sono: mesmo em situações normais, a falta de sono afeta o funcionamento do cérebro e a regulação das demais funções do corpo. Seu bem-estar depende da qualidade desse descanso;
- Cuidar da alimentação: assim como o sono, seu corpo necessita de uma alimentação equilibrada para um bom funcionamento físico e mental;
- Resguardar-se do excesso de informações alarmistas veiculadas na grande mídia e em mensagens via WhatsApp. Na prática, elas pouco podem contribuir na solução da emergência sanitária ou com o trabalho cotidiano, mas podem, sim, elevar desnecessariamente o nível de estresse. Eleger um ou dois canais de fonte confiável e oficial para obter informações diárias. Desconfiar de mensagens alarmistas que deem a entender que ter aquela informação diferencia o leitor dos demais, que pedem para ser compartilhadas ou ainda, que contenham informações vagas e sem fonte;
- Em caso de estigma por receio de contágio, compreender a causa como fruto do medo e do estresse causado pela pandemia, não como questão pessoal. Convém dialogar com colegas de trabalho e supervisores que possam compartilhar das mesmas dificuldades, buscando soluções coparticipadas;
- Na medida do possível, manter-se atualizado com pesquisas recentes sobre a doença. Isso pode ajudar a atenuar as preocupações com as incertezas e aumentar a confiança nas condutas terapêuticas a adotar;
- Considere a ineficácia de estratégias como uso de cigarro, álcool e outras drogas: essas alternativas podem piorar o bem-estar físico e mental. Se o tabaco, metanfetamina e cocaína afetam a capacidade pulmonar, o etilismo crônico se associa à imunodepressão. Ambas as condições aumentam a vulnerabilidade à COVID-19;
- Atenção aos sinais de alerta, especialmente se forem recorrentes e persistentes por vários dias. Considerar necessidade de ajuda quando sentir dores incapacitantes, alterações no sono (insônia ou sonolência demasiada) ou no apetite (falta de fome ou vontade compulsiva de comer), irritabilidade incomum e choro fácil;

- Tenha um tempo para oferecer a si mesmo um tempo para passar com aqueles de quem gosta, mesmo que virtualmente. Caso comungue de alguma religião, cultive a fé e seus respectivos rituais. Atividades ligadas às artes ou hobbies que estimulam a concentração e o prazer auxiliam na promoção da saúde mental;
- Estratégias de administração do estresse: relaxamento, exercícios físicos, sessões de alongamento ou meditação. Há alguns bons aplicativos e canais no Youtube que oferecem boas orientações. Técnicas de respiração, podem ser adotadas diariamente e sempre que necessário. Alguns serviços têm oferecido modalidades de práticas integrativa complementares (PICs) para profissionais de saúde;
- Muitas unidades de saúde estão disponibilizando equipe de psicólogos e especialistas em saúde mental para atendimento presencial. Se sua unidade não contar com essa equipe, há diversos serviços sendo oferecidos on-line gratuitamente que oferecem acolhimento psicológico. Esta é uma atitude de autocuidado;
- Comunicar ao Conselho de Classe / Sindicato ao qual vincula-se casos de excesso de carga horária ou de falta de EPI. As demandas quando são coletivas e institucionalizadas através dos Conselhos/Sindicatos podem aumentar a chance de serem atendidas. Há um código de ética que ampara legalmente os profissionais;
- Não se cobrar tanto: antes de ser um profissional, qualquer profissional é um ser humano e não dará conta de tudo. Reconhecer os próprios limites e não encarar o estresse como um sinal de que não está fazendo o seu trabalho direito ou que é fraco. Fazer intervalos e diversificar tarefas.

3.3 O SOFRIMENTO EMOCIONAL (SE) DOS ENFERMEIROS QUE ATUAM FRENTE A PANDEMIA

Para os autores Pereira et al. (2020), a enfermagem é marcada como a arte do cuidar, justo a esses profissionais estarem a maior parte do tempo próximo ao paciente, como também dentro dos diferentes cenários do cuidar, proporcionado o cuidado de forma integral. Porém, o ambiente de onde trabalham, possivelmente traz consigo impactos à saúde do trabalhador, desenvolvendo-se tanto no âmbito físico, como psíquico. Além disto, o contato junto do paciente pode conceber perturbações emocionais, propiciando um SE.

É importante salientar, que o trabalho do enfermeiro é determinado por diversas obrigações, e situações que os faz lidar com a dor, sofrimento, mortes e perdas, a que se adicionam as circunstâncias inadequadas de trabalho e a baixa remuneração, condições que, associadas podem gerar SE. De acordo com Pereira et al. (2020), assim, pode surgir tantos quadros de TMC e SB, e a longo prazo depressão, e até mesmo a tentativa de suicídio. Sendo assim o SE impacta tanto em relação à performance profissional do indivíduo como nas questões econômica e social das instituições de saúde.

Diante disto é importante salientar que o SE prejudica a vida familiar, social, pessoal e profissional dos trabalhadores, seus estudos, auto compreensão e compreensão dos outros, sua capacidade de autocrítica, aceitação de problemas e a possibilidade de ter prazer na vida como um todo.

De acordo com a pesquisa dos autores Pereira et al. (2020), neste contexto o surto de COVID-19, no qual foram identificados sintomas de SE em profissionais de saúde, devido a estarem em ambientes de alto risco de contaminação pelo vírus, como também ao efeito da doença na sua vida profissional, humor deprimido, trabalhar em um serviço de alto risco e alta demanda de pacientes aos seus cuidados.

Pode-se citar que é essencial o acompanhamento psicológico destinado aos enfermeiros, por se encontrarem vulneráveis ao SE e a exaustão mental. No entanto, muitos profissionais não conferem a necessária importância aos seus problemas de saúde psíquica, o que pode causar sérios prejuízos, nos cuidados prestados ao paciente em curto prazo, causando um desgaste emocional e impactando significativamente sua saúde mental (PEREIRA et al. 2020).

É importante levar em consideração que ao discutir sobre pandemia de Covid-19 e SE que o âmbito social que o sujeito está inserido. Levando em conta os elementos: o estereótipo; a não adesão de medidas preventivas ao combate à COVID-19; processo de luto e o fato de as pessoas estarem fazendo uso de medicamentos de eficácia não evidenciada cientificamente, podendo levar o surgimento de vários efeitos na saúde física e psicológica.

3.3.1 Estratégias de enfrentamento para o profissional enfermeiro

Pereira et al. (2020), apresentou uma serie de estratégias de enfrentamento (coping) com a intenção de colaborar na redução do SE no enfermeiro. Tendo como objetivo auxiliar estes profissionais neste momento caótico de pandemia. Dentre elas:

- Reduzir a carga de trabalho e/ou aumentar os períodos de descanso; incentivar uma comunicação efetiva, assegurando que as informações sejam passadas por fontes seguras e corretas; Encaminhar o enfermeiro que demonstre sinais de SE para psicólogo, psicoterapeuta e/ou psiquiatra, realçando o uso das metodologias online; Encorajar a realização de intervenções como meditação e outras ações para a diminuição do estresse emocional; Uso de tecnologias a fim de compartilhar o desafio e dividir angústias.

- Realizar uma avaliação psicológica dos enfermeiros que mostrarem sintomas de SE, destacando a intervenção precoce; encorajar o processo de resiliência em cada pessoa.

- Conscientizar e envolvimento dos enfermeiros nas ações de conscientização, de maneira que a diminua o número de infectados; aumentar o contato entre o profissional da enfermagem e psicólogos e assistentes sociais de forma que estabeleça uma colaboração para redução das angústias, ansiedade e depressão.

- Considerar as necessidades humanas básicas; evitar estratégias de enfrentamento prejudiciais; falar sobre os sentimentos de aflições com os colegas; manter contato com familiares e amigos mediante das redes sociais; aceitar sentir reações emocionais fortes; tentar manter a rotina o mais próximo possível do “normal”; buscar ajuda sempre que necessário.

- Interceder com ações para manutenção do bem-estar dos enfermeiros que abordem questões vivenciadas de maneira individual para cada pessoa, levando em consideração os assuntos de gênero; Suporte psicoterápico.

4 METODOLOGIA

4.1 TIPO DE PESQUISA

O método de pesquisa aqui apresentado a fim de alcançar o objetivo geral e específicos que são eles, entender os impactos pelo cenário de atuação que os profissionais da enfermagem vivenciaram durante a pandemia do coronavírus, identificar os principais impactos na saúde mental dos enfermeiros que trabalham na linha de frente do Covid-19, investigar se o esgotamento emocional e a exaustão do trabalho diante a pandemia prejudicam o trabalho dos enfermeiros diariamente, identificar quais as estratégias de enfrentamento encontradas pelos profissionais nos momentos mais críticos da pandemia.

De acordo com os objetivos da pesquisa, este estudo foi realizado através de uma pesquisa bibliográfica do tipo revisão narrativa com base na abordagem qualitativa do tipo descritivo e exploratório.

Em relação à abordagem qualitativa, Minayo (2001),

Preocupa-se com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo dos significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. (MINAYO, 2001, p. 21).

A pesquisa do tipo narrativa segundo Rother (2007), são publicações amplas, onde é possível descrever e discutir o desenvolvimento de certo assunto, constituem na análise de literatura publicada em livros, artigos de revistas, na interpretação e análise pessoal do autor.

Sendo a pesquisa de forma qualitativa, será levada em consideração a análise através da interpretação dos dados coletados na pesquisa. Para Minayo (2008), a pesquisa qualitativa permite conhecer melhor os processos sociais sobre determinados grupos, contribui para a criação de novas abordagens e conceitos durante a investigação é caracterizada pela empiria, o conhecimento sistemático e progressivo até atingir a compreensão desejada sobre o grupo ou processo em estudo.

Segundo Minayo (2012) a abordagem qualitativa é constituída por um conjunto de substantivos: experiência, vivência, senso comum e ação, tendo como base três

verbos principais: compreender, interpretar e dialetizar. O termo experiência nos diz respeito ao que o ser humano aprende nas ações que realiza, é compreender a si mesmo o significado do lugar que ocupa no mundo da vida. Já a vivência é a forma como o sujeito reflete sobre suas experiências, a vivência de um mesmo episódio pode ter significados diferentes, ou seja, ela é única depende da personalidade de cada um (MINAYO, 2012).

4.2 COLETA DE DADOS

A coleta dos dados para a pesquisa se deu através da revisão bibliográfica do tipo narrativa.

A pesquisa bibliográfica baseou-se no referencial teórico sobre o assunto escolhido, tais como: livros, artigos científicos, sites, revistas, entre outros. Seguindo as seguintes etapas:

Na primeira etapa foram selecionados artigos que falassem sobre o tema proposto, sendo utilizadas as bases de dados: Scielo, Google Acadêmico e Bireme, considerando os últimos 2 anos de publicação (2020 a 2022), onde foram selecionados todos os artigos encontrados relacionados à temática da Saúde mental dos enfermeiros diante a pandemia Covid-19. A busca pelos artigos aconteceu por meio de uma pesquisa no banco de dados do Google acadêmico, Scielo, Bireme e sites da internet, utilizando as seguintes palavras chaves: Enfermeiros, Saúde mental, pandemia, Covid-19, ansiedade e sofrimento emocional.

A segunda etapa contou com a leitura dos materiais encontrados e assim escolher os artigos relacionados aos objetivos desejados nesta pesquisa.

Em seguida após selecionar os artigos, foi realizado uma leitura mais aprofundada, estes artigos foram distribuídos em um quadro da seguinte forma: autores, ano, metodologia, resultados e conclusões.

4.3 ANÁLISE DE DADOS

Os dados da pesquisa foram analisados qualitativamente, a partir da compreensão do estudo com base no tema a Saúde mental dos enfermeiros diante a pandemia Covid-19 e na revisão de literatura realizada para composição do estudo.

A análise e interpretação dos resultados foram organizadas em um quadro com os dados obtidos nos artigos selecionados.

A discussão dos resultados foi realizada por meio de revisão narrativa relacionando com o referencial teórico ao tema em questão.

5 RESULTADOS

Para execução do estudo foram encontrados 30 artigos, porém dos 30 artigos foram selecionados 8 artigos publicados no ano de 2020 a 2022, que abordaram o tema A saúde mental dos enfermeiros frente a pandemia COVID-19. Porém a pesquisadora utilizou 6 artigos destes que se tratavam da temática do assunto, considerando que estes estavam dentro dos objetivos da pesquisa, ressaltando ainda que dentre estes artigos 2 se tratavam do sofrimento emocional diante a pandemia e a saúde mental dos enfermeiros.

Diante das pesquisas realizadas, os resultados constituíram em duas categorias desenvolvidas a partir do levantamento dos 8 artigos para estudo e análise dos mesmos, dentre elas: Impactos da saúde mental nos profissionais de saúde durante a pandemia; Estratégias de enfrentamento e promoção de saúde durante a pandemia Covid-19;

No quadro abaixo destaque-se os detalhes das principais compreensões dos profissionais de saúde e autores que publicaram os artigos sobre a Covid-19. Os artigos foram selecionados e organizados de acordo com título, autores, ano, metodologia e resultados.

Quadro 1 - Artigos selecionados de acordo com título, autores, ano, metodologia e resultados

| Titulo | Autores | Ano | Metodologia | Resultados |
|---|------------------|------|---------------------------------|--|
| Sofrimento emocional dos Enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19. | Pereira et al. | 2020 | Revisão narrativa da literatura | Contribuições relevantes para a prática do enfermeiro, pois oferece um informativo para auxiliar estes profissionais a reconhecerem possíveis sintomas de SE relacionado ao desgaste no trabalho no ambiente de trabalho. |
| Principais estratégias usadas para promoção à saúde dos profissionais de enfermagem na pandemia Covid-19. | Santos e Santana | 2021 | Revisão integrativa | Nesta revisão identificou algumas dificuldades encontradas por enfermeiros no cenário da pandemia, e principalmente quais estratégias adotadas, observou-se que a grande parte dessas estratégias foram advindas de organizações (sindicatos, conselho de classe e de grupos de pesquisa) ou até mesmo da equipe multiprofissional, para o cuidado físico e psicológico da equipe de enfermagem, em contrapartida a ações institucionalizadas pelos serviços de saúde ou por políticas públicas as quais visassem assistir estes profissionais em um cenário tão devastador quanto a pandemia. |

Fonte: Elaborado pela pesquisadora, (2022).

Continuação do quadro 1 - Artigos selecionados de acordo com título, autores, ano, metodologia e resultados

| | | | | |
|--|-----------------|------|--|--|
| Projeto vida em quarentena: estratégia Para promoção da saúde mental de Enfermeiros diante da covid-19 | Oliveira et al. | 2020 | Relato de experiência | A pandemia suscita a importância do gerenciamento da saúde mental com fatores que potencializem o bem-estar mental nos enfermeiros, e aponta a necessidade de medidas de segurança e conhecimentos sustentados pela ciência que operem na direção de diminuir impactos negativos, nos aspectos físicos e mentais nesse público. |
| Impactos da pandemia Covid-19 na saúde mental dos profissionais da enfermagem | Barros et al. | 2020 | Revisão integrativa | Para reduzir a incidência de sintomas mentais negativos e os aparecimentos de doenças de ordem psicológica, medidas são necessárias. O apoio psicológico aos enfermeiros durante o enfrentamento da pandemia, é uma medida eficaz para que consigam lidar melhor com a grande incidência da perda de pacientes devido ao Covid-19. A melhor organização das escalas de plantões é viável para diminuir a carga horária de trabalho excessiva e prevenir o esgotamento físico e emocional destes profissionais. |
| A saúde mental do enfermeiro frente à pandemia covid-19. | Dresch et al. | 2020 | Revisão integrativa | A partir dos resultados desta revisão percebeu-se que o cenário de vulnerabilidade tem sido mitigado através de iniciativas das instituições de saúde como o apoio psicossocial prestado a esses trabalhadores, contudo ainda tímidas e que não abrangem a totalidade dos profissionais de Enfermagem envolvidos na linha de frente. Aponta-se, assim, a necessidade de mais estudos relativos ao tema, que possam promover tensionamentos junto às instituições de saúde para que forneçam mecanismos de acolhida relativas à saúde mental do enfermeiro. |
| Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo Coronavirus (COVID-19). | Schmidt et al. | 2020 | Revisão de literatura técnico-científica | Compreende-se que a psicologia pode oferecer contribuições importantes para o enfrentamento das repercussões da Covid, que vem sendo considerada a maior emergência pública que a comunidade internacional enfrenta a décadas. Essas contribuições envolvem a realização de intervenções psicológicas durante a vigência da pandemia para minimizar implicações negativas e promover saúde mental, bem como em momentos posteriores, quando as pessoas precisarão se readaptar e lidar com as perdas e transformações. |

Fonte: Elaborado pela pesquisadora, (2022).

Continuação do quadro 1 - Artigos selecionados de acordo com título, autores, ano, metodologia e resultados

| | | | | |
|--|----------|------|---|---|
| Stress, exaustão Profissional e coping de Enfermeiros em contexto de Pandemia covid-19 | Oliveira | 2021 | Descritivo e correlacional, transversal, com abordagem quantitativa | Os níveis de stresse, burnout (exaustão profissional) foram moderados e a capacidade de coping baixa-moderada para esse grupo de enfermeiros investigados no contexto da pandemia Covid-19. Tendo em vista os principais fatores que influenciaram de forma negativa tais resultados, pode-se destacar o nível de cansaço antes e após a jornada de trabalho, a realização de trabalho por turnos, conflitos com colegas/chefias, falta de informação clara e consistente mediante ao cenário de pandemia e o medo. |
| Fatores de adoecimento mental dos profissionais de Enfermagem em estresse ocupacional no contexto da pandemia Covid 19 | Machado | 2021 | Revisão sistemática | Fatores estressores sempre fizeram parte da realidade de trabalho dos profissionais de Enfermagem, e o cenário da Pandemia de Covid-19 levaram esses profissionais ao seu limite em termos profissionais e pessoais, enfrentando situações complexas e desgastantes, e colocando em risco sua saúde. |

Fonte: Elaborado pela pesquisadora, (2022).

Diante dos dados encontrados nos 8 artigos selecionados observam-se algumas percepções diferentes das áreas de saúde, enfermagem e psicologia, sendo que a maioria se tratava de enfermeiros. Ressaltando assim que nos 8 artigos encontrados 7 destes eram enfermeiros e o outro se tratavam de psicologia e intervenções para saúde mental.

A maioria dos artigos considera que os enfermeiros se sentiram impactados na dimensão da saúde mental, enfrentando situações complexas e desgastantes, e colocando em risco sua saúde.

Dos trabalhos encontrados, dentre 8 artigos, 1 deste consideram a necessidade de mais estudos relativos ao tema, que possam promover tensionamentos junto às instituições de saúde para que forneçam mecanismos de acolhida relativas à saúde mental do enfermeiro.

Diante a pesquisa feita, dentre os 08 artigos, 06 deste consideram a saúde mental dos enfermeiros diante a pandemia COVID-19 importantes.

A saber, segue os nomes e ano de publicação dos mesmos:

- Principais estratégias usadas para promoção à saúde dos profissionais de enfermagem na pandemia Covid-19. (2021)

- Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo Coronavírus (COVID-19). (2020)
- Projeto vida em quarentena: estratégia para promoção da saúde mental de Enfermeiros diante da covid-19. (2020)
- Impactos da pandemia Covid-19 na saúde mental dos profissionais da enfermagem. (2020)
- Sofrimento emocional dos Enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19. (2020)
- Fatores de adoecimento mental dos profissionais de Enfermagem em estresse ocupacional no contexto da pandemia Covid-19. (2021)

Dentre os trabalhos pesquisados 02 artigos consideram que apesar que a saúde mental dos enfermeiros diante a pandemia ter se mostrado de extrema importância e benéfica para um melhor desempenho, os pesquisadores perceberam a necessidade de novos estudos sobre os objetivos para melhor conhecimento de todos.

A saber, segue os nomes e ano de publicação dos mesmos:

- A saúde mental do enfermeiro frente à pandemia covid-19. (2021)
- Stress, exaustão Profissional e coping de Enfermeiros em contexto de Pandemia covid-19. (2021)

5.1 ANÁLISE E RESULTADOS

Diante das pesquisas realizadas, os resultados constituíram em duas categorias desenvolvidas a partir do levantamento dos 8 artigos para estudo e análise dos mesmos, dentre elas:

- Impactos da saúde mental nos profissionais de saúde durante a pandemia;
- Estratégias de enfrentamento e promoção de saúde durante a pandemia Covid-19;

5.2 IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL NOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA

De acordo com Pereira et al., (2020), atualmente, os profissionais da área da enfermagem vem enfrentando com os desafios exigidos pela pandemia, especialmente pelos seguintes fatores: alto risco de ser infectado pelo vírus, de adoecer e até morrer; chances de infectar outros indivíduos; angústia e esgotamento; exposição a mortes em ampliadas proporções; decepção de não conseguir salvar vidas, independentemente dos esforços; ameaças e ofensas propriamente ditas, executadas por indivíduos que procuram atendimento e não podem ser acolhidos por limites de recursos; bem como, o distanciamento de amigos e familiares, pelas altas cargas de trabalho.

Percebe-se a importância de tratamentos psicológicos ou psiquiátricos à essa população, uma vez que, o cuidado em saúde mental favorece atuação do profissional no seu local de trabalho, e a ausência disso reduzirá o seu potencial de cuidado, aumentarão as chances de afastamentos, disseminações, mortes e consequências posteriores a crise desta pandemia (PRADO et al. 2020).

A carência do devido suporte para a equipe de enfermagem causa frustração e insegurança no trabalho e, a falta de apoio dos colegas, chefias e da própria instituição geram angústias e até o desejo de abandonar a profissão.

É preciso considerar a equipe de enfermagem de todos os serviços de saúde, dentro e fora dos muros dos hospitais. O papel da Enfermagem é fundamental em todos os sistemas de saúde, por isso, o apoio social dos colegas de trabalho, das chefias, da instituição de trabalho e das entidades governamentais é fundamental para a preservação e manutenção da saúde mental desses profissionais para que tenham condições de continuar cuidando da saúde do próximo. (DE LUCCA; MOREIRA, 2020. p 7).

Conforme Barros et al. (2020), mostrou uma pesquisa que foi feita por pesquisadores da China, ao realizarem um estudo com 1257 profissionais (39% médicos e 61% enfermeiros) que estavam prestando assistência direta aos pacientes em 34 hospitais durante a pandemia da COVID-19, a respeito do percentual de profissionais que apresentavam impactos em sua saúde mental, demonstraram que 50% indicavam sintomas depressivos, 45% ansiedade, 34% insônia e 72% angústia. Entre os profissionais participantes da pesquisa, a maioria eram enfermeiras, mulheres e que estavam prestando cuidado direto aos pacientes infectado.

De acordo com Noal et al. (2020),

Sinais comuns em trabalhadores de saúde durante a COVID-19 são: irritabilidade, insônia ou sonolência incomum, falta de apetite ou fome fora do comum, baixa concentração, desânimo ou aceleração, fraqueza/baixa energia, dificuldade para relaxar ou ficar rememorando os acontecimentos do dia no período de descanso, dores no corpo persistentes (ex. dor de cabeça, no estômago, alergias cutâneas, tremores sem explicação, inquietação e desesperança. (NOAL et al. 2020. p, 43).

Conforme Noal et al. (2020) a existência de algum desses sinais é prevista, mas a frequência, a persistência e a intensidade deles podem exigir uma atenção maior, em particular, se em alguma medida, prejudicam a qualidade de vida do trabalhador e/ou interferem negativamente na execução das suas tarefas diárias.

Os profissionais de enfermagem enfrentam uma elevada carga de trabalho, que gera desgaste físico e mental, trazendo riscos à saúde e à segurança do trabalhador, e muitas vezes, leva ao esgotamento profissional, que pode ser denominado de Síndrome de Burnout, que é um problema de saúde pública, podendo atingir quaisquer profissões, e que afeta a qualidade de vida e do trabalho, elevando a recorrência de sentimentos de exaustão emocional e falta de motivação no desenvolvimento de suas funções profissionais (MACHADO, 2021).

De acordo com De Lucca e Moreira (2020), existem relatos de adoecimento psíquico como a manifestação de transtornos de ansiedade generalizada, depressão, alterações na qualidade do sono, Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC), ataques de pânico, síndrome de Burnout ou esgotamento profissional, Transtorno do Estresse-Pós-Traumático (TEPT).

Tendo em vista tudo isso, todo profissional de saúde precisa ter cuidados psicológicos para trabalharem de forma mais leve e branda, pois a sobrecarga de trabalhar em busca da cura e restauração de vidas e o enfrentamento da morte em larga escala, acabam fazendo com que os profissionais hajam de forma mecanizada, esquecendo-se dos cuidados com eles mesmos, o que acarreta problemas psicológicos graves, até mesmo o suicídio em decorrência ao extremo esgotamento que desencadeia problemas como transtorno de ansiedade generalizada e depressão (MACHADO, 2021).

O desgaste e esgotamento na profissão de enfermagem durante a pandemia da COVID-19, pode acabar provocando a Síndrome de Burnout. Esses sintomas estão

sendo comumente identificados entre profissionais da expostos às altas taxas de morte, e os que possuem o sentimento de insuficiência durante sua assistência.

Com isso, a perda da energia física, cognitiva e emocional, além da dificuldade na tomada de decisões no enfrentamento para a intervenção das situações, a negatividade e a baixa do desempenho no trabalho, são características comuns da Síndrome de Burnout nos profissionais que a apresentam (BARROS et al., 2020).

O número de contaminados e afastados do trabalho pela sobrecarga dos profissionais da enfermagem que trabalham na linha de frente vem crescendo, ainda mais as equipes de saúde e contribuindo para o esgotamento psíquico da equipe de enfermagem. De Lucca e Moreira (2020), afirmam o estresse ocupacional é um importante indicador de exaustão psíquica no enfrentamento da pandemia da COVID-19 e tem gerado muitas incertezas e isso reflete na saúde mental dos profissionais da enfermagem.

Lucca e Moreira (2020), evidenciaram em seu estudo que ocorreu o afastamento de diversos profissionais de Enfermagem por alegarem esgotamento emocional, ansiedade e depressão, esse fato é preocupante e os males que provocam à saúde mental do trabalhador e à saúde pública como um todo são imensos.

A incapacidade profissional de uns gera a sobrecarga a outros, isto pode ocasionar um maior número de profissionais com sofrimentos psíquicos.

5.3 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO E PROMOÇÃO DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA COVID-19

Conforme Santos e Santana (2021), em que se tratando de medidas protetivas para a biossegurança, a ANVISA é o órgão responsável pela regulamentação destas medidas e na pandemia da covid-19 recomendou a adoção de higiene das mãos com água e sabonete líquido ou preparação alcoólica a 70%, utilização de proteção ocular e/ou facial, máscara cirúrgica, avental impermeável e luvas de procedimento; para uma rotina onde há a geração de aerossóis (a exemplo de intubação ou aspiração traqueal, bem como em situações de ressuscitação cardiopulmonar, ventilação manual, e cuidado de pacientes críticos, deve-se utilizar além destas medidas protetivas citadas, gorro e máscara N95 ou FFP2. Quanto às equipes de apoio hospitalar (aqueles profissionais os quais não estão diretamente atuando na assistência), recomenda-se a higienização das mãos, óculos de proteção ou protetor

facial, a utilização de máscara cirúrgica, avental impermeável e luvas de procedimento.

Santos e Santana (2021), sugere como medidas de prevenção do risco de adoecimento ocupacional durante a pandemia: O uso de EPIs segundo as recomendações da OMS de paramentação e desparamentação, por meio do uso criterioso dos recursos pode-se estender a janela de proteção para os profissionais da linha de frente.

De acordo com a OMS, ambientes de saúde onde os pacientes estão sendo tratados para COVID-19 correm maior risco de infecção durante procedimentos médicos chamados procedimentos geradores de aerossóis. Eles podem produzir pequenas gotículas que podem permanecer no ar por muito tempo e se espalhar por distâncias que excedem o distanciamento social (geralmente 1 metro). Portanto, os profissionais de saúde que realizam ou permanecem em tais procedimentos devem tomar precauções especiais contra infecções transmitidas pelo ar, incluindo o uso de equipamentos de proteção individual adequados, como respiradores. Pela mesma razão, não é permitida a entrada de visitantes nas salas para os procedimentos mencionados.

Portanto, Santos e Santana (2021), apresenta algumas estratégias e promoção de saúde para enfrentamento da covid-19, sendo uma delas, o checklist que permite que a conferência dos passos a serem realizados em um determinado procedimento possam auxiliar na execução integral da prática, independentemente da falibilidade da memória da equipe, reforçando a verificação constante e incentivando a disciplina com alto desempenho.

O uso do checklist apresentado pode contribuir com a redução de custos organizacionais por favorecer o uso correto dos EPI e minimizar o risco de contaminação entre profissionais, o que resulta em uma equipe disponível para a assistência e menores índices de afastamentos do trabalho. Além disso, o instrumento validado poderá auxiliar os profissionais na identificação de fragilidades em cada uma das etapas, no processo de paramentação e desparamentação dos EPI nos contextos da atenção primária, secundária e terciária à saúde e fornecer indicadores de avaliação, apontando a necessidade de revisão, adequação ou capacitação para melhorar a segurança (SANTOS; SANTANA, 2021).

Apresentando também a organização da assistência realizada pela equipe, de modo a agrupar atividades e reorganizar o espaço para o monitoramento dos

pacientes fora da área de isolamento, por meio da externalização dos monitores de parâmetros ventilatórios e de sinais vitais para fora das áreas de isolamento, e do controle do fluxo de pacientes infectados ou sintomáticos respiratórios nas áreas do hospital, além disso adotou-se como estratégia um limite de abertura das portas para que fossem reduzidas as chances de saída do “ar contaminado” presentes nas salas de isolamento.

Adotando também a medida de videoconferência e os estetoscópios digitais foram tecnologias adotadas pelos enfermeiros como forma de controle infecções ocupacionais, por permitir que a equipe avalie o paciente sem estar na sala. Em alguns casos, utilizava-se a vídeo chamada para compartilhar notícias com a família para reduzir ainda mais as chances de transmissão comunitária do vírus.

As estratégias de cuidados com a equipe de enfermagem expostas de acordo com Santos e Santana (2021), apresenta perspectivas diferentes de autores pesquisados, que refletem a realidade da saúde dos trabalhadores em diferentes contextos econômicos, sociais e políticos entre as possibilidades para os enfermeiros de um país da América do Norte e aqueles que atuaram durante a pandemia em um país da América Latina. Apesar de ser uma realidade mundial, a escassez de EPI's não se apresenta como um fator problemático em uma das pesquisas apresentada pelo autor, o que pode ser reflexo da detenção dos meios de produção e de retenção de capital dos Estados Unidos.

Outro fator a ser considerado é de que as estratégias voltadas aos profissionais de enfermagem que em uma das pesquisas realizada, foram oriundas de processos da instituição de saúde onde os pesquisadores atuavam, quando comparadas as estratégias adotadas no Brasil segundo as informações presentes nos estudos de Santos e Santana (2021), notou-se que a falta de recursos de proteção individual e de promoção a saúde do trabalhador eram realidades encontradas no país, o que por conseguinte, levou instituições como conselhos, sindicatos, ONG's e até mesmo iniciativas entre os próprios profissionais de enfermagem e da equipe multiprofissional a adotarem estratégias para arrecadação de EPI's e adoção de outras medidas as quais viessem a promover a saúde destes profissionais na pandemia.

De Lucca e Moreira (2020. p, 5.), falam que para que se construam estratégias de promoção e prevenção à saúde mental dos trabalhadores da saúde é necessário compreender os fatores psicossociais relacionados ao sofrimento no trabalho, dentre os quais se destacam:

À falta de EPIs; o medo de ser infectado; a falta de apoio; a preocupação com os familiares, principalmente, com os filhos; a sobrecarga de trabalho devido aumento da demanda e da jornada de trabalho; a falta de acesso à informações e treinamentos atualizados; o receio de perder os meios de subsistência; a angústia de se separar de entes queridos; sofrimento por reviver experiências anteriores e o estigma da população em relação aos profissionais que trabalham na linha de frente aos pacientes com COVID-19. (DE LUCCA; MOREIRA, 2020. p, 5).

Foram vistas também estratégias que visassem garantir a segurança psicológica desses trabalhadores que atuavam de linha de frente a covid-19, portanto, foram utilizadas como ferramentas de promoção de saúde psicoemocional a auriculoterapia e escuta empática (SANTOS; SANTANA, 2021).

A escuta empática tem sido muito utilizada diante da atual pandemia como estratégia para o fortalecimento emocional. Frente à necessidade de acolhimento e suporte no enfrentamento de violências vivenciadas, o indivíduo se sente considerado, compreendido em suas vulnerabilidades e fortalecido para identificar suas potencialidades.

A intervenção no momento de crise deve ser baseada no acolhimento do sujeito e de suas emoções, de forma sensível, empática, por meio da escuta ativa e qualificada que é a base da comunicação terapêutica. Segundo Prado et al. (2020), as intervenções devem ter foco no enfrentamento eficaz, na resolução de problemas, na esperança e pensamentos positivos a fim de provocar respostas psicoemocionais adaptativas e saudáveis.

A auriculoterapia (ramo da Acupuntura) destaca-se por realizar a estimulação mecânica de zonas específicas do pavilhão auricular, cujos possuem pontos reflexos correspondentes a órgãos e funções corpóreas. Quando esses pontos são estimulados, é desencadeada uma série de fenômenos no cérebro que auxiliam no processo de cura. Promovendo assim, a analgesia e tratamento de diferentes afecções físicas e psicológicas.

Diante as estratégias para o enfrentamento da Covid-19 e promoção de saúde apresentada por Santos e Santana (2021), promoveu então o fortalecimento de vínculos; melhoria da ambiência; melhoria do serviço prestado pelos profissionais, pois quem trabalha sem dor e tem uma boa qualidade do sono, torna-se mais produtivo; contribuição com a gestão, por fazer o colaborador se sentir cuidado e acolhido pelo serviço; sensação de empoderar e ajudar os colegas de trabalho em suas afecções físicas e emocionais. Os pontos negativos observados foram:

impossibilidade de acolhimento de todos os profissionais do serviço, dada a carga horária de trabalho da especialista; ausência de local específico para realizar a terapia; falta de divulgação do serviço; ausência de um serviço institucionalizado para cuidar dos profissionais.

Diante disso, Pereira et al. (2020), apresenta que conscientizar e envolvimento dos enfermeiros nas ações de conscientização, de maneira que a diminua o número de infectados; aumentar o contato entre o profissional da enfermagem e psicólogos e assistentes sociais de forma que estabeleça uma colaboração para redução das angústias, ansiedade e depressão.

Oliveira et al., (2020), apresenta também um projeto que se chama “Projeto Vida Em Quarentena: Estratégia Para Promoção Da Saúde Mental De Enfermeiros Diante Da COVID-19”. O projeto desenvolve atividades, como lives e postagens com temas pertinentes a saúde mental na quarentena, e vídeos com depoimentos dos participantes. Os profissionais da enfermagem demonstraram instabilidade emocional; altruísmo; apelo à população; crença na ciência; fé e esperança e medo da contaminação, além de formas de adaptação e de superação dos problemas instalados com mecanismos para vivenciar a situação.

O projeto possibilitou múltiplas atividades que promovem a saúde mental da população no momento de isolamento social, em que se destaca os depoimentos dos enfermeiros, os quais são essenciais para a prática clínica e combate à COVID-19, atuando na linha de frente na gerência da assistência e cuidado direto aos indivíduos com a doença.

Sugere-se que os conselhos de classe da enfermagem iniciem um plano de contingência para o suporte psicoemocional pós-pandemia para os trabalhadores da enfermagem. Ainda, sugere-se que futuras pesquisas possam ampliar estudos das categorias identificadas neste estudo e diversificar metodologias de abordagem deste mesmo fenômeno, para que possa desenvolver estratégias de intervenção ajustadas à realidade.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos incluídos nessa revisão vêm a identificar a saúde mental dos enfermeiros e algumas das dificuldades encontradas neste cenário pandêmico, é importante salientar que os profissionais de Enfermagem estão tendenciados a enfrentar situações de estresse e necessidade de tomada rápida de decisão diante esse período de pandemia.

No primeiro momento o desejo desta pesquisa era realizar pesquisa de campo, mas em razão do curto tempo para o levantamento dos dados precisou ser transformada em revisão bibliográfica, sendo um dos principais desafio para a pesquisadora, outro desafio encontrado foi a pouca quantidade de trabalhos publicados entre esse período pandêmico, creio que necessite de mais pesquisas, inclusive de campo para que se possa entender melhor sobre a temática.

Os objetivos desta pesquisa foram alcançados, onde identificou-se que durante a pandemia de COVID-19, nesses dois anos, os enfermeiros estão sendo expostos a altas cargas de trabalho, gerando exaustão física e mental e frustração, o que ocasiona sentimento de impotência e insegurança profissional. E principalmente abrindo espaços para o surgimento de depressão, sofrimento emocional, ansiedade, Burnout, exaustão emocional entre outros.

Sugere-se que os gestores se sensibilizem para realizar programas e ações efetivas que garantam a qualidade de vida dos enfermeiros que atuam nesta área. Que o conselho de classe da enfermagem inicie um plano de contingência para o suporte psicoemocional pós-pandemia para os trabalhadores da enfermagem.

Segure-se também que psicólogos criem programas para a promoção de saúde e estratégias de acolhimento que seja mais específicas para potencializar esse cuidado com os enfermeiros, para a recuperação da saúde mental dos enfermeiros diante de todo o desgaste emocional que sofreram durante a pandemia.

Através desta pesquisa percebe-se que haja mudanças nesse cenário, é de extrema importância que gestores de saúde e autoridades governamentais acolham os enfermeiros gerando um espaço para acolhimento e escuta para suas necessidades e expectativas. Além de ainda mais pesquisas sobre o tema abordado, para que possam expandir estratégias e intervenções ajustadas a realidade atual.

REFERÊNCIAS

BARROS, Alyce Brito et al. Impactos da pandemia da covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 10, p. 1-10, 13 out. 2020. Disponível em:

<https://brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/18700/15062>. Acesso em: 1 maio 2022.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Brasil representa um terço das mortes de profissionais de enfermagem por covid-19**. 2021. Disponível em:

DE LUCCA, Sergio Roberto; MOREIRA, Amanda Sorce. Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao covid-19. **Revista Oficial do Conselho de Enfermagem**, São Paulo, v. 11, n. 1, p. 1, 12 jun. 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3590>. Acesso em: 17 out. 2021.

DUARTE, Luciano Pagliarini. O IMPACTO DA PANDEMIA NOS PROFISSIONAIS DA ENFERMAGEM. **Sielo**, Canoas, p. 1-15, 9 jul. 2021. Disponível em:

<https://repositorio.unilasalle.edu.br/bitstream/11690/1974/1/lpduarte.pdf>. Acesso em: 18 ago. 2021.

DRESCH, Liciane da Silva Costa; PAIVA, Tiago Sousa; MORAES, Ivete Iara Gois de; SALES, André Luis Leite de Figueiredo; ROCHA, Cristianne Maria Famer. A saúde mental do enfermeiro frente à pandemia COVID-19. **Revista Oficial do Conselho Federal de Enfermagem**, Porto Alegre, p. 1-7, 1 maio 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3675>. Acesso em: 27 abr. 2022.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Teoria, método e criatividade**. 2001. Disponível em: http://www.faed.udesc.br/arquivos/id_submenu/1428/minayo__2001.pdf. Acesso em: 25 outubro 2021.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**, 2005. v.17, v.3: p.621-626, 2012. Disponível em: . Acesso em: 04/04/2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Coronavírus: ações e estratégias**, 2021.

MACHADO, Elais. Fatores de adoecimento mental dos profissionais de enfermagem em estresse ocupacional no contexto da pandemia Covid 19. **Repositório Digital Unicesumar**, Maringá-PR, p. 1-25, 27 jul. 2021. Disponível em:

<https://rdu.unicesumar.edu.br/handle/123456789/9162>. Acesso em: 26 abr. 2022.

NOAL, Débora da Silva; DAMASIO, Maria Fabiana. **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19. (Org.), Passos e Carlos Machado de Freitas**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020. 342 p.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré; COSTA, Maria Suely Alves; MARQUES, Natalia Santos et al. Projeto vida em quarentena: estratégia para promoção da saúde mental de enfermeiros diante da COVID-19. **Enferm. Foco**, Ceara, p. 1-6, 8 jun. 2020.

OLIVEIRA, Adriana Cristina. Desafios da enfermagem frente ao enfrentamento da pandemia da COVID19. **Revista Mineira de Enfermagem**, Belo Horizonte, v. 24, p. 1 - 3, 5 fev. 2020. Disponível em: <http://reme.org.br/artigo/detalhes/1448#>. Acesso em: 24 ago. 2021.

OLIVEIRA, Vivian. Stresse, exaustão profissional e coping de enfermeiros em contexto de pandemia COVID-19. **Repositório Comum**, Lisboa, p. 1-131, 14 jun. 2021. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/39433>. Acesso em: 27 abr. 2022.

PEREIRA, Mara Dantas; TORRES, Erivelton Cunha; PEREIRA, Míria Dantas, et al. **Sofrimento emocional dos enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19**, Sielo, v. 9, n. 8, p. 21, 24 jun. 2020. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/675/1168>. Acesso em: 18 agosto. 2021.

PEREIRA, Jose; LIMA, Kelly Mikaelly de Souza Gomes; SANTOS, Suely Maria de Melo dos. Os desafios da enfermagem no enfrentamento ao Covid-19. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 2, p. 1-17, 2 fev. 2021. Disponível em: <file:///C:/Users/Downloads/24568-63267-1-PB.pdf>. Acesso em: 23 ago. 2021.

PRADO, A. D., PEIXOTO, B. C., DA SILVA, A. M. B., et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v.46, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e4128.2020>

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, [s.l.], v. 20, n. 2, jun. 2007. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-21002007000200001>. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v20n2/a01v20n2.pdf>. Acesso em: 20 abril. 2022.

SANTOS, Shirley Vânia Bonfim dos; SANTANA, Mary Elizabeth de. Principais estratégias usadas para promoção à saúde dos profissionais de enfermagem na pandemia da Covid-19. **Research, Society and Development**, Pará, v. 10, n. 12, p. 1-13, 16 set. 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/19882>. Acesso em: 5 maio 2022.

SCHMIDT, Beatriz; CREPALDI, Maria Aparecida; BOLZE, Simone Dill Azeredo; SILVA, Lucas NEIVA; DEMENECH, Lauro Miranda. **Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)**. Scielo-Brasil, Campinas, p. 1-13, 23 jul. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/L6j64vKkynZH9Gc4PtNWQng/?lang=pt#>. Acesso em: 1 maio 2022.

SOUZA N.V.D.O; CARVALHO E.C; SOARES S.S.S. Trabalho de enfermagem na pandemia da Covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. **Rev**

Gaúcha Enferm., v. 42, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.2020022>