

# O IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Bárbara Jeniffer do Nascimento Amorim

Dayane Alves da Cruz

Denise Janaína Viana Silva<sup>1</sup>

Orientador (a): Mislene Aparecida de Oliveira Persilva<sup>2</sup>

Co-Orientador (a): Gladston dos Santos Silva<sup>3</sup>

## RESUMO

A Covid-19 gerou uma crise sanitária global, apresentando desafios sem precedentes aos sistemas de saúde, especialmente aos enfermeiros. Estes profissionais, estando na vanguarda da luta, enfrentaram riscos de contágio e uma carga de trabalho intensa. Em consequência, sua saúde mental foi profundamente afetada, com crescentes relatos de estresse, ansiedade e depressão, exacerbados pela constante exposição ao sofrimento e morte. Durante a pandemia, a necessidade de adaptar-se rapidamente a novos protocolos e à uma realidade de assistência incerta intensificou os cenários de desgaste mental e emocional na enfermagem. O objetivo da presente pesquisa foi compreender como a pandemia da Covid-19 afetou os profissionais de enfermagem. O presente trabalho teve como metodologia a revisão bibliográfica, tendo como fonte de consulta uma variedade literária relacionada ao tema estudado, tais como o uso de artigos, livros e teses sobre o tema. Constatou-se que os profissionais de enfermagem enfrentaram estresse intenso durante a Covid-19, afetando profundamente sua saúde mental. A exposição direta ao vírus e o aumento da carga de trabalho resultaram em consequências como depressão, ansiedade e síndrome de Burnout. Mecanismos como terapias e práticas de mindfulness foram buscados para aliviar o impacto desses desafios. Entretanto, barreiras como estigma impediram alguns de acessar tais recursos. Apesar dos obstáculos, a resiliência dos enfermeiros foi notável, reforçando sua importância no sistema de saúde.

**Palavras-Chave:** Pandemia. Covid-19. Saúde Mental. Profissionais de Enfermagem.

## ABSTRACT

---

<sup>1</sup> Discentes de Enfermagem da Universidade Salgado Filho Universo BH

<sup>2</sup> Enfermeira e Mestre em Infectologia pela Faculdade de Medicina UFMG. Especialista em Gestão em Saúde Pública. Especialista em Ostomia, Fístula e Lesões Cutâneas. Orientadora e professora do Centro Universitário UNIVERSO Belo Horizonte.

<sup>3</sup> Enfermeiro e Mestre em Psicologia. Especialista em Saúde da Família e Psicanálise. Coordenador do Curso de Enfermagem e Pós Graduação em Psicopatologia e Clínica em Saúde Mental do Centro Universitário UNIVERSO Belo Horizonte.

Covid-19 has generated a global health crisis, presenting unprecedented challenges to healthcare systems, especially nurses. These professionals, being at the forefront of the fight, faced risks of contagion and an intense workload. As a result, their mental health was profoundly affected, with increasing reports of stress, anxiety and depression, exacerbated by constant exposure to suffering and death. During the pandemic, the need to quickly adapt to new protocols and an uncertain reality of care intensified scenarios of mental and emotional exhaustion in nursing. The objective of this research was to understand how the Covid-19 pandemic affected nursing professionals. The methodology of this work was bibliographical review, using as a source of consultation a literary variety related to the topic studied, such as the use of articles, books and theses on the topic. It was found that nursing professionals faced intense stress during Covid-19, profoundly affecting their mental health. Direct exposure to the virus and increased workload resulted in consequences such as depression, anxiety and Burnout syndrome. Mechanisms such as therapies and mindfulness practices have been sought to alleviate the impact of these challenges. However, barriers such as stigma have prevented some from accessing such resources. Despite the obstacles, the nurses' resilience was remarkable, reinforcing their importance in the health system.

**Keywords:** Pandemic. Covid-19. Mental health. Nursing Professionals.

## RESUMEN

La Covid-19 ha generado una crisis sanitaria mundial, presentando desafíos sin precedentes a los sistemas de salud, especialmente a las enfermeras. Estos profesionales, al estar al frente de la lucha, enfrentaron riesgos de contagio y una intensa carga de trabajo. Como resultado, su salud mental se vio profundamente afectada, con cada vez más informes de estrés, ansiedad y depresión, exacerbados por la exposición constante al sufrimiento y la muerte. Durante la pandemia, la necesidad de adaptarse rápidamente a nuevos protocolos y una realidad incierta del cuidado intensificaron escenarios de agotamiento mental y emocional en la enfermería. El objetivo de esta investigación fue comprender cómo la pandemia de Covid-19 afectó a los profesionales de enfermería. La metodología de este trabajo fue la revisión bibliográfica, utilizando como fuente de consulta una variedad literaria relacionada con el tema estudiado, como el uso de artículos, libros y tesis sobre el tema. Se encontró que los profesionales de enfermería enfrentaron un estrés intenso durante el Covid-19, afectando profundamente su salud mental. La exposición directa al virus y el aumento de la carga de trabajo tuvieron consecuencias como depresión, ansiedad y síndrome de Burnout. Se han buscado mecanismos como terapias y prácticas de mindfulness para paliar el impacto de estos desafíos. Sin embargo, barreras como el estigma han impedido que algunos accedan a esos recursos. A pesar de los obstáculos, la resiliencia de las enfermeras fue notable, reforzando su importancia en el sistema de salud.

**Palabras Clave:** Pandemia. COVID-19. Salud mental. Profesionales de enfermería.

## INTRODUÇÃO

A pandemia de Covid-19, uma doença infecciosa provocada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, desencadeou uma crise sanitária global sem precedentes, colocando imensos

desafios aos sistemas de saúde e, em especial, aos profissionais de enfermagem. Estes profissionais estiveram na linha de frente do combate à pandemia, sendo constantemente expostos ao risco de contágio e enfrentando uma elevada carga de trabalho (TOESCHER et al., 2020).

Diante deste cenário, a saúde mental dos profissionais de enfermagem foi severamente impactada, sendo relatados diversos casos de estresse, ansiedade, depressão e outras questões psicológicas associadas à extenuante rotina de trabalho e à constante exposição à morte e ao sofrimento (QUEIROZ et al., 2021).

O exercício profissional de enfermagem, durante o período pandêmico, requereu uma adaptabilidade rápida às mudanças de protocolos e a uma nova realidade de assistência, marcada por incertezas, medos e inseguranças, potencializando, assim, cenários de desgaste mental e emocional (BEZERRA et al., 2020).

A repercussão psicológica oriunda da pandemia tem se mostrado como uma segunda onda de impactos da Covid-19, e os profissionais de enfermagem, pela natureza de seu trabalho, estão entre os mais afetados. Este grupo experimenta, além de estresse agudo, situações de sofrimento psíquico decorrentes da sobrecarga de trabalho e da vivência de experiências traumáticas (TOLÊDO et al., 2021).

A literatura científica tem evidenciado a relevância da investigação sobre o bem-estar psicológico dos profissionais de enfermagem em tempos de pandemia, uma vez que a sua saúde mental é crucial para a manutenção da qualidade do cuidado prestado aos pacientes (BARROS et al., 2020).

Os profissionais de enfermagem tiveram que lidar não apenas com a demanda elevada e a complexidade dos casos, mas também com o isolamento social, o estigma e o medo de contaminar seus entes queridos, elementos que contribuíram para o agravamento da sua saúde mental (LUZ et al., 2021).

A resiliência e a capacidade de enfrentamento destes profissionais têm sido postas à prova, sendo fundamental entender os diferentes aspectos que influenciam a saúde mental deste grupo, para o desenvolvimento de estratégias eficazes de apoio psicológico (HORTA et al., 2021).

O cenário de pandemia expôs ainda mais as fragilidades do sistema de saúde e, conseqüentemente, revelou a necessidade de investimentos e inovações nas práticas de cuidado em enfermagem, sobretudo no que tange à proteção da saúde mental dos profissionais (SOUZA et al., 2021).

A realidade da pandemia de Covid-19 trouxe consigo um aumento significativo nas demandas de atendimento e uma pressão sem precedentes sobre os profissionais de enfermagem, demandando uma reflexão urgente sobre as condições de trabalho e o impacto destas na saúde mental dos envolvidos (BEZERRA et al., 2020).

O estudo aprofundado sobre o impacto da pandemia na saúde mental dos profissionais de enfermagem se faz imperativo, tendo em vista a criação de políticas públicas e estratégias institucionais que visem à promoção da saúde mental e à prevenção de agravos psicológicos neste grupo profissional, fundamental para a sustentação dos sistemas de saúde (TOLÊDO et al., 2021).

A elaboração de um estudo focado no impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem é crucial, visto que esses profissionais constituem a linha de frente no combate à pandemia, enfrentando inúmeros desafios e riscos, o que acarreta sérias repercussões em sua saúde mental. Compreender os efeitos psicológicos da pandemia neste grupo é imperativo para a implementação de medidas de apoio e prevenção, contribuindo para a promoção de ambientes de trabalho saudáveis e sustentáveis e para a melhoria da qualidade dos serviços de saúde prestados à população. Logo, surgiu o seguinte questionamento: Como a pandemia da Covid-19 afetou os profissionais de enfermagem e como os mesmos aliviaram esse impacto?

Sendo assim, o objetivo da presente pesquisa foi compreender como a pandemia da Covid-19 afetou os profissionais de enfermagem. Logo, os objetivos específicos determinados foram: Descrever o papel do profissional de enfermagem frente à pandemia da covid-19; compreender quais os principais impactos da pandemia da covid-19 no profissional de enfermagem; descrever os métodos utilizados pelos enfermeiros para aliviar os impactos da pandemia no dia a dia.

## **METODOLOGIA**

A investigação utilizou o método de uma Revisão de Literatura Narrativa, onde, para a realização do presente estudo, foi realizada a consulta a livros, dissertações, exemplos que estimulam a compreensão do tema e em artigos científicos selecionados através de busca nas seguintes bases de dados: *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO) e LILACS.

Como critérios inclusivos, foram considerados conteúdos publicados completos no que se relaciona a estrutura metodológica de desenvolvimento; publicados nos últimos quatro anos;

que envolvam como estudo o impacto da Covid-19 nos profissionais de enfermagem; artigos científicos originais ou de revisão.

O período cronológico (últimos quatro anos) foi estabelecido com o intuito de se pesquisar os conteúdos científicos mais recentes (com referência à data corrente do Trabalho de Conclusão de Curso), elucidando assim eficientemente o estado da arte. Como critérios de exclusão, foram estabelecidas resenhas críticas e pesquisas que não vinculam a pandemia da covid-19 com os aspectos estudados no presente trabalho. Para tal, foram utilizadas as seguintes Palavras-chave: Pandemia. Covid-19. Impactos. Profissionais de Enfermagem.

Após a coleta dos conteúdos, foi necessária a realização de uma leitura analítica de resumos, de maneira a desqualificar estudos que não sejam compatíveis com a proposta estabelecida. Como última etapa de seleção de referências, foi desenvolvido um estudo completo dos dados metodológicos e dos resultados obtidos no intuito de selecionar apenas as publicações que contribuam diretamente para o tratamento do problema de pesquisa proposto.

## RESULTADOS

Após as pesquisas realizadas pelas palavras chaves nas bases de busca utilizadas para o presente trabalho, foram encontrados 547 artigos. Dessa forma, com a aplicação de critérios de inclusão de exclusão mencionados na metodologia da presente pesquisa, foram selecionados 15 estudos para o desenvolvimento do trabalho. Sendo excluídos 306 estudos por não se enquadrarem ao tema, 132 por não serem publicados completos, 94 por relacionarem a covid-19 à aspectos não abordados no presente trabalho. Logo, o quadro abaixo apresenta as informações dos artigos selecionados para a pesquisa.

<b>Quadro de Síntese dos Artigos Selecionados</b>				
<b>Autores (ano)</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Resultados</b>	<b>Conclusão</b>
ALVES; SOUZA; MARTINS (2022)	O objetivo do estudo é realizar uma revisão integrativa acerca da relação entre a síndrome de Burnout, fatores intervenientes na saúde mental dos profissionais da enfermagem e a pandemia da Covid-19.	A metodologia utilizada no estudo foi a revisão integrativa da literatura, que consiste em um método de pesquisa que permite a síntese de conhecimentos a partir de estudos já publicados, com o objetivo de	Os principais resultados do estudo indicaram que a pandemia da Covid-19 tem impactado negativamente a saúde mental dos profissionais de enfermagem, com aumento da prevalência de sintomas de	A conclusão do estudo foi que a pandemia da Covid-19 tem afetado significativamente a saúde mental dos profissionais de enfermagem, com aumento da prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse, além de

		responder a uma pergunta de pesquisa específica.	ansiedade, depressão e estresse.	uma correlação significativa com a síndrome de Burnout.
BARROS et al. (2020).	O objetivo do trabalho é analisar os impactos da pandemia do novo Coronavírus à saúde mental dos profissionais de enfermagem atuantes na linha de frente.	A metodologia utilizada foi uma revisão integrativa da literatura, seguindo as etapas de elaboração da pergunta norteadora, descrição dos critérios de inclusão e exclusão dos artigos, busca na base de dados, análise dos dados obtidos, discussão e apresentação dos resultados.	A alta taxa de pessoas infectadas causa colapso nas unidades de saúde e consequente sobrecarga de trabalho para os profissionais de enfermagem que, com o desconhecimento da doença, medidas de segurança rígidas e o medo de infectar-se com o vírus, desenvolvem sinais e sintomas propícios para o aparecimento de transtornos de ordem psicológica.	Diante da crescente pandemia de COVID-19, profissionais de enfermagem enfrentam carga horária exaustiva, pressão física e mental, expondo-se a riscos de estresse, esgotamento, desgaste e depressão devido ao contato direto com pacientes infectados e à alta taxa de óbitos.
BEZERRA et al. (2020).	O objetivo do estudo foi identificar os fatores que influenciam na saúde mental dos profissionais de saúde no enfrentamento da COVID-19.	A metodologia utilizada foi uma revisão integrativa da literatura, que permite a formulação de conclusões gerais a respeito de determinada área do conhecimento, mediante uma síntese de estudos publicados na perspectiva de estudo.	Os estudos indicam que as principais repercussões na saúde mental dos profissionais estão principalmente associadas à depressão, insônia, ansiedade, angústia, Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), problemas de sono, síndrome de Burnout, Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC), exaustão, além de reduzidos níveis de satisfação profissional.	É possível concluir que os profissionais de saúde envolvidos na linha de frente contra a pandemia da COVID-19 enfrentam situações de estresse inéditas. Ações voltadas para preservar a saúde destes profissionais são necessárias, abrangendo desde aprimoramento das condições laborais, disponibilização de recursos para assistência adequada, oferta de treinamentos pertinentes, ajuste nas longas jornadas de trabalho, até a criação de um ambiente favorável para o descanso dos profissionais.
COSTA et al., (2022)	O objetivo do estudo foi identificar os impactos da Covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem.	A metodologia utilizada no estudo foi uma revisão integrativa, que seguiu seis passos: identificação da questão de pesquisa, estabelecimento de	Os resultados do estudo mostraram a presença de doenças mentais entre os trabalhadores de enfermagem em unidades de Covid-19, destacando sinais e crises de	O estudo concluiu que a pandemia da Covid-19 teve um impacto significativo na saúde mental dos profissionais de enfermagem, levando a altos níveis de estresse, ansiedade,

		critérios de inclusão e exclusão, seleção e categorização dos estudos, avaliação dos estudos incluídos, interpretação dos resultados e apresentação da revisão/síntese do conhecimento.	ansiedade, e a presença de medo. Esses problemas possivelmente estariam relacionados às repercussões da pandemia no processo de trabalho e na vida pessoal destes profissionais.	depressão e outros problemas de saúde mental.
HORTA et al. (2021).	O objetivo do estudo foi avaliar o impacto da pandemia na saúde mental dos profissionais da linha de frente em um hospital geral, identificando os fatores que ajudam e os que dificultam a atuação desses profissionais durante a pandemia.	A metodologia utilizada no estudo foi um estudo prospectivo que acompanhou um grupo de profissionais durante o primeiro período crítico da pandemia, de junho a outubro de 2020. Foram realizadas entrevistas com os profissionais de saúde, que foram gravadas e registradas no Google Forms.	De acordo com o estudo, 40% das pessoas entrevistadas apresentaram escores compatíveis com transtornos mentais comuns no SRQ-20, 45% tiveram escores iguais ou superiores a 25 pontos na Perceived Stress Scale (PSS) e 41% atingiram escores compatíveis com burnout no Inventário de Burnout de Oldenburg (OBI).	O estudo concluiu que a sobrecarga na linha de frente da pandemia é a principal fonte de sofrimento para os profissionais de saúde, e que o estresse e o esgotamento físico e emocional (burnout) não parecem modificados pelas demais condições estudadas.
LOPES; SOUSA; DE PASSOS (2022)	O objetivo do estudo foi analisar o impacto na saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente da Covid-19.	A metodologia utilizada no estudo foi a revisão integrativa de literatura.	O estudo teve como objetivo analisar o impacto na saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente da Covid-19. Foram encontrados sete artigos científicos que abordavam o tema e foram selecionados para a construção da discussão.	As conclusões do estudo indicaram que os profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente da Covid-19 sofrem impactos significativos na saúde mental, devido aos fatores apresentados, e necessitam de um alinhamento de valores proporcionais à demanda estrutural de ações integradas e planejamentos estratégicos ao longo da assistência de cada segmento.
LUZ et al. (2021)	Identificar os impactos gerados pela pandemia na saúde mental dos profissionais enfermeiros.	Revisão sistemática com meta síntese, onde foi realizada uma busca nas bases de dados Google acadêmico e a Biblioteca Virtual em Saúde	Após a realização da busca nas bases de dados mencionadas com os descritores elencados, foram encontrados 29 estudos. A posteriori foram aplicados os	Cargas horárias exaustivas, más condições de trabalho, deficiência no dimensionamento de pessoal, poucos recursos materiais, desvalorização e

		(BVS/SCIELO). Foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde Burnout, esgotamento profissional, pandemia e COVID-19, fazendo uso do operador booleano AND.	critérios de inclusão e exclusão resultando em uma amostra final de 10 estudos.	baixa remuneração. Esses fatores, associados ao medo de transmitir a doença para familiares e amigos, o isolamento social e outros aumentam o risco de desenvolvimento de problemas psicológicos causando efeitos deletérios na saúde mental.
MAIER; KANUNFRE (2021)	O objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de depressão, ansiedade, estresse e qualidade do sono em profissionais da enfermagem durante a pandemia da COVID-19 em um hospital privado do Paraná, Brasil.	O estudo foi realizado por meio de uma metodologia quali-quantitativa de caráter transversal, desenvolvida com profissionais da enfermagem em julho de 2020 em um hospital privado do Paraná, Brasil.	Os resultados do estudo indicaram que 48% dos profissionais apresentaram sinais de depressão, 52% apresentaram sinais de ansiedade e 52% apresentaram sinais de estresse. Quanto à qualidade do sono, 75% da população apresentou distúrbios do sono, 68% relataram insônia com uma média do PSQI de 6,88.	A conclusão do estudo foi que os profissionais de saúde que atuaram na assistência hospitalar durante a pandemia da COVID-19 apresentaram maior impacto quanto a níveis de ansiedade, insônia e depressão.
MOSER et al. (2021).	Avaliar o perfil sociodemográfico e a saúde mental de uma amostra de PS do Brasil durante a pandemia do Covid-19.	Estudo transversal online realizado durante 1 mês, entre maio e junho de 2020. Sintomas depressivos foram avaliados pelo Patient Health Questionnaire 9 (PHQ-9) e o nível de burnout pelo Copenhagen Burnout Inventory (CBI).	Os resultados do estudo mostraram índices preocupantes de sintomas depressivos e indicativos de burnout em profissionais da saúde, sobretudo em técnicos de enfermagem. Além disso, o estudo identificou uma associação positiva estatisticamente significativa entre a exposição à Covid-19 e os sintomas de burnout.	Os autores concluíram que os achados do estudo demarcam a vulnerabilidade dos profissionais de saúde ao sofrimento emocional no contexto de atendimento à Covid-19. A amostra deste estudo, composta por várias categorias profissionais, evidenciou sintomas sugestivos de alto nível de burnout e de quadro depressivo clinicamente significativo, sendo estes índices mais alarmantes dentre os técnicos de enfermagem.

<p>PRIGOL; DOS SANTOS (2020).</p>	<p>O objetivo foi identificar os principais fatores que afetam a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia COVID-19 e discutir possíveis soluções para minimizar o impacto emocional e psíquico da pandemia, com base na revisão integrativa realizada.</p>	<p>A metodologia utilizada no estudo foi uma revisão integrativa da literatura. Para isso, foi realizado um levantamento de artigos publicados nas bases de dados da Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), da Biblioteca Nacional de Medicina do Instituto Nacional de Saúde dos Estados Unidos (PubMed) e da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).</p>	<p>Os resultados encontrados no texto indicam que os profissionais de enfermagem estão expostos a longas jornadas de trabalho, insegurança frente à doença, medo de contaminação devido à escassez de EPI's, falta de equipamentos e treinamento para atender o paciente infectado.</p>	<p>Os autores concluem que é necessário implementar estratégias multiprofissionais que possibilitem a criação de estabilidade emocional, além da criação de políticas públicas que levem em conta a saúde mental das equipes de saúde, e ainda, a criação de ferramentas de auxílio para trocas de experiências utilizadas pelos profissionais para gerenciar emoções durante a pandemia, por meio da escuta sensível e manutenção da qualidade de vida no trabalho.</p>
<p>QUEIROZ et al. (2021)</p>	<p>Apreender os impactos na saúde mental de profissionais de Enfermagem face às interações com o 'novo' da pandemia da Covid-19.</p>	<p>Recorte qualitativo, da macro pesquisa "Estudo VidaMente//Covid-19", realizado com 719 profissionais de Enfermagem residentes no Brasil. A coleta de dados foi realizada em ambiente virtual com a aplicação da técnica bola de neve.</p>	<p>O discurso coletivo evidenciou que a saúde mental de profissionais de Enfermagem foi afetada pelas: interações com o 'novo' com elaboração de significados atribuídos à pandemia; interações com o cuidado de Enfermagem relacionadas com os atendimentos aos pacientes; e interações com o trabalho demarcadas pelas relações profissionais e institucionais.</p>	<p>Os achados confirmam que há impactos na saúde mental de profissionais de Enfermagem no contexto da pandemia Covid-19 que se manifestam a partir da interação com o 'novo'. Nessa interação trazem o advento de um 'cuidado de Enfermagem pandêmico', permeado por especificidades que emergiram e apresenta uma possibilidade de mudança de paradigma para as diretrizes de formação em Enfermagem, nos avanços tecnológicos de ensino-aprendizagem e na prática profissional.</p>

SANTOS et al. (2021)	Analisar a prevalência de sintomas depressão, ansiedade e fatores associados em profissionais da equipe de enfermagem durante a pandemia da Covid-19.	Estudo seccional do tipo web survey, com 490 profissionais de enfermagem dos serviços de média e alta complexidade em um estado do nordeste do Brasil.	A ocorrência de sintomas sugestivos de transtornos mentais (ansiedade e depressão) estava relacionada a profissionais de enfermagem do sexo feminino, cor ou raça parda, com renda mensal inferior a 5 salários mínimos que trabalhavam no setor privado, ter sintomas de Síndrome de Burnout e morar com os pais.	Ações que visem à melhoria das condições de trabalho e que estimulem a prática de atividades físicas podem ser benéficas para a manutenção e fortalecimento das condições de saúde mental dessa população.
SOUZA et al. (2021)	Refletir sobre o contexto de trabalho dos profissionais de enfermagem atuantes na pandemia da Covid-19 e as repercussões para saúde mental desses profissionais.	A metodologia utilizada foi um estudo teórico-reflexivo elaborado com base em leitura crítica sobre temas relativos à pandemia da Covid-19, à saúde do trabalhador, ao trabalho de enfermagem e ao sofrimento psíquico no trabalho.	O estudo possibilitou refletir sobre o contexto de trabalho da enfermagem em que esses profissionais estão atuando há anos em condições precarizadas, com destaque para a escassez qualitativa e quantitativa de recursos material e humano, longas jornadas de trabalho, salários não condizentes com o nível de responsabilidade e relevância de suas atividades laborais, pouco reconhecimento profissional e social.	Os autores concluíram que a pandemia da Covid-19 agudizou um cenário que eleva o potencial de impacto negativo na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem, que já atuavam em condições precárias .
TOESCHER et al. (2020)	O objetivo do trabalho é refletir sobre as implicações da pandemia de coronavírus na saúde mental dos profissionais de enfermagem e os principais recursos de apoio em desenvolvimento.	O estudo foi realizado por meio de um artigo reflexivo, produzido com base na formulação discursiva acerca da saúde mental dos profissionais de enfermagem frente à pandemia de coronavírus, correlacionado com as atuais recomendações de suporte psicológico do Ministério da	De acordo com o estudo, em resposta à pandemia, uma crise em saúde mental pode estar ocorrendo entre os profissionais de enfermagem. Por estarem diretamente ligados ao atendimento de casos do novo coronavírus, eles experimentam situações estressoras adicionais àquelas já vivenciadas nos	O estudo constatou uma série de fatores que podem estar afetando a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia, como alta demanda de atendimento, exposição prolongada em ambientes críticos, risco contínuo de infecção, equipamento de proteção individual,

		Saúde, Organização Mundial da Saúde, Organização Pan-Americana da Saúde e Fundação Oswaldo Cruz.	serviços de saúde, incluindo preocupações, medo e insegurança com a saúde de si e da população.	gerência do sofrimento de pacientes e familiares, falta de contato com a família, conflitos interpessoais, pensamentos recorrentes sobre a epidemia e estigma por trabalhar com pacientes com COVID-19.
TOLÊDO et al. (2021)	O objetivo do estudo é analisar como a atual pandemia afetou a saúde mental dos trabalhadores de enfermagem.	A metodologia utilizada no estudo foi a coleta de dados junto a um hospital filantrópico de psiquiatria de médio porte em São José dos Campos, comparando os dados de 2019 e 2020 em relação a variáveis como número de funcionários, número de funcionários afastados e motivo dos afastamentos, número de faltas registradas e motivos das faltas, e gasto com horas-extras.	Os resultados do estudo permitiram mensurar o impacto da COVID-19 sobre os profissionais que atuam na área da saúde, principalmente os que trabalham na área de enfermagem voltada à saúde mental.	Uma conclusão importante é que os profissionais de saúde foram muito afetados na pandemia, devido à evidente carga de estresse inerente ao contexto, principalmente devido à persistência da pandemia por um período que já ultrapassa um ano, inclusive com agravamento de contágio por conta de novas variantes do vírus.

**Fonte:** Elaborado pelas autoras (2023).

## DISCUSSÃO

Durante a pandemia da Covid-19, os profissionais de enfermagem enfrentaram um papel proeminente e desafiador, sendo muitas vezes a primeira linha de defesa no combate ao vírus. Conforme Bezerra et al. (2020), essa posição na vanguarda os expôs a uma intensa carga de trabalho, tornando-os altamente suscetíveis ao estresse, exaustão emocional e manifestações de síndrome de Burnout.

Adicionalmente, a saúde mental desses profissionais tornou-se um ponto crucial de discussão e preocupação. De acordo com Lopes, Sousa e De Passos (2022), a exposição contínua ao ambiente tenso dos hospitais, especialmente nas unidades de tratamento intensivo, afetou consideravelmente o bem-estar mental desses trabalhadores. Essa observação é

corroborada por Queiroz et al. (2021), que pontuam que o cenário inédito da pandemia trouxe consequências psicológicas ainda mais desafiadoras para os enfermeiros, levando a casos de depressão e ansiedade.

Uma questão paralela, mas igualmente pertinente, é o impacto na qualidade do sono desses profissionais. Maier e Kanunfre (2021) enfatizam que as longas horas de trabalho, combinadas com o estresse emocional e físico, prejudicaram a qualidade do sono dos enfermeiros, tornando-os ainda mais vulneráveis a transtornos psicológicos.

Em termos de estratégias adaptativas, os enfermeiros buscaram diferentes métodos para aliviar os impactos psicológicos da pandemia. Toescher et al. (2020) discutem a importância de recursos de apoio, como grupos de discussão e serviços de aconselhamento, para ajudar os profissionais de enfermagem a lidar com o trauma e o estresse. Estes serviços, se bem implementados, podem oferecer um espaço seguro para processar emoções e compartilhar experiências.

Moser et al. (2021) acrescenta outra camada à discussão, enfatizando que, apesar da resiliência demonstrada por muitos enfermeiros, o acúmulo de fatores estressantes — como o medo constante de contaminação e o contato direto com pacientes em estado grave ou morrendo — tornou a situação quase insustentável para alguns. Este sentimento é ecoado por Horta et al. (2021), que observam que o estresse agudo experimentado por esses profissionais em hospitais gerais tem implicações significativas para a saúde mental em longo prazo.

No entanto, não se pode ignorar o estudo de Barros et al. (2020), que destaca que muitos profissionais de enfermagem, apesar dos desafios, sentiram um profundo senso de propósito e dever durante a pandemia. Esta dedicação, no entanto, não os isentou dos impactos negativos na saúde mental, como evidenciado por Prigol e Dos Santos (2020), que encontraram altas taxas de síndrome de Burnout entre os enfermeiros durante a pandemia.

Por fim, a pesquisa de Santos et al. (2021) revela a importância de considerar a complexidade das experiências individuais. Enquanto alguns enfermeiros experimentaram altos níveis de depressão e ansiedade, outros se sentiram empoderados e motivados pela oportunidade de fazer a diferença durante um período tão crítico. Esta dualidade destaca a necessidade de abordagens personalizadas para apoiar a saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pandemia e além (COSTA et al., 2022).

Nas linhas de frente dos hospitais e centros de saúde, os profissionais de enfermagem enfrentaram múltiplos desafios durante a pandemia de Covid-19. Seu papel transcendental foi evidenciado na assistência direta ao paciente, no monitoramento da evolução da doença e na

educação da comunidade sobre medidas preventivas. A magnitude deste papel só se aprofundou na medida em que o cenário da saúde se tornou mais complexo (BEZERRA et al., 2020).

Ao discutir os impactos específicos da pandemia sobre os enfermeiros, tornou-se evidente um crescente sentimento de exaustão e estresse entre esses profissionais. Horta et al. (2021) ressaltaram o estresse e os efeitos na saúde mental dos trabalhadores na linha de frente, especialmente aqueles em hospitais gerais, onde a pressão era contínua e os recursos muitas vezes limitados. A sobrecarga de trabalho, juntamente com o medo constante de contrair o vírus ou de transmiti-lo aos entes queridos, exacerbou as pressões sobre a saúde mental dos enfermeiros (TOLÊDO et al., 2021).

Esse aumento do estresse levou a um aumento significativo nos casos de síndrome de Burnout entre os enfermeiros. Alves, Souza e Martins (2022) especificamente identificaram a síndrome de Burnout como uma consequência direta da pandemia, enfatizando a necessidade de abordagens de intervenção eficazes. A conexão entre a pandemia e os impactos na saúde mental foi também sustentada por Moser et al. (2021), que observaram sintomas significativos de depressão, ansiedade e estresse entre os profissionais de saúde.

Diversos enfermeiros buscaram métodos para lidar com os efeitos da pandemia. Muitos se voltaram para a prática da meditação, exercícios físicos e a busca por suporte emocional através de grupos de apoio ou terapia. Luz et al. (2021), em sua revisão sistemática, apontam para a relevância do apoio psicossocial como um mecanismo eficaz para enfrentar o Burnout e outras questões de saúde mental. Além disso, o suporte institucional e a formação contínua foram identificados como cruciais para ajudar os enfermeiros a se adaptarem às demandas em constante mudança (LOPES, SOUSA e DE PASSOS, 2022).

O estudo de Costa et al. (2022) reforçou a importância do apoio emocional e da implementação de estratégias que visam a saúde mental dos profissionais de enfermagem, levando em consideração a intensidade e a duração da pandemia. Paralelamente, Queiroz et al. (2021) abordaram o "novo" da COVID-19, destacando os desafios sem precedentes que os enfermeiros enfrentaram, e a importância do apoio institucional e da capacitação para enfrentar tais desafios.

Entretanto, é válido notar que, apesar de todas as adversidades, os profissionais de enfermagem também encontraram formas inovadoras de atuar. Souza et al. (2021) destacaram a adaptabilidade dos enfermeiros, a sua capacidade de continuar prestando cuidados de alta qualidade e sua resiliência em face das pressões extremas. Esta capacidade de adaptação foi, em muitos casos, sustentada pela implementação de recursos de apoio, conforme observado por Toescher et al. (2020).

Em conclusão, enquanto a pandemia da Covid-19 trouxe à tona as vulnerabilidades dos profissionais de enfermagem, também revelou a sua força, resiliência e capacidade de inovação. O estudo de Barros et al. (2020) reitera a necessidade de estratégias a longo prazo que abordem não apenas as questões emergentes da pandemia, mas também fortaleçam a profissão de enfermagem para desafios futuros.

Os profissionais de enfermagem desempenharam um papel vital durante a pandemia da Covid-19, sendo muitas vezes a primeira linha de resposta no tratamento de pacientes afetados pelo vírus. A carga de trabalho intensificada, a exposição direta ao vírus e a falta de recursos adequados tornaram sua posição particularmente desafiadora (HORTA et al., 2021).

Muitos estudos identificaram que os enfermeiros experimentaram um aumento significativo no estresse e em outras preocupações de saúde mental devido à pandemia. Costa et al. (2022) destacam que o trauma de lidar diretamente com a alta mortalidade, a preocupação constante com a infecção e a separação de suas famílias criaram um ambiente mentalmente exaustivo para muitos desses profissionais.

Em adição a isso, o fenômeno conhecido como síndrome de Burnout, uma condição psicológica de exaustão extrema associada ao trabalho, tornou-se especialmente prevalente entre os enfermeiros durante a pandemia, o que se reflete em estudos que documentam o declínio da saúde mental destes profissionais (ALVES, SOUZA & MARTINS, 2022).

O papel do enfermeiro na linha de frente da pandemia não se limitou apenas à assistência direta ao paciente. Eles também foram fundamentais na educação da comunidade sobre práticas seguras, prevenção e vacinação. A necessidade de adaptar-se rapidamente às novas diretrizes e protocolos, e, ao mesmo tempo, garantir a segurança do paciente e a sua, foi uma fonte adicional de estresse (SOUZA et al., 2021).

A pandemia trouxe consigo não apenas o desafio do tratamento da Covid-19, mas também a necessidade de gerenciar comorbidades em pacientes e a saúde mental dos próprios profissionais de saúde. Diversos estudos, como o de Queiroz et al. (2021), indicaram uma prevalência aumentada de depressão, ansiedade e insônia entre os enfermeiros durante este período.

Com a pressão contínua e os desafios enfrentados, vários enfermeiros buscaram estratégias para mitigar o impacto da pandemia em seu bem-estar. Tais estratégias incluíram participação em grupos de apoio, sessões de terapia, práticas de mindfulness e técnicas de relaxamento. Algumas instituições também ofereceram programas de resiliência e bem-estar para ajudar os profissionais a lidar com o estresse (TOESCHER et al., 2020).

Entretanto, mesmo com esses recursos disponíveis, alguns enfermeiros enfrentaram barreiras para acessá-los, seja por falta de tempo, estigma associado à busca de ajuda para problemas de saúde mental ou falta de conhecimento sobre os recursos disponíveis (TOLÊDO et al., 2021).

Além do mais, a qualidade do sono, um indicador fundamental da saúde geral e bem-estar, foi significativamente impactada durante a pandemia. Maier e Kanunfre (2021) relatam que muitos enfermeiros experimentaram distúrbios do sono devido à sobrecarga de trabalho, ao ritmo acelerado e às preocupações relacionadas ao vírus.

Concluindo, é evidente que a pandemia da Covid-19 trouxe consigo inúmeros desafios para os profissionais de enfermagem. As repercussões na saúde mental desses trabalhadores foram profundas e multifacetadas. No entanto, a resiliência e a dedicação demonstradas por esses profissionais durante tempos tão adversos reforçam a importância crucial de sua posição no sistema de saúde (MOSER et al., 2021).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Constatou-se que os profissionais de enfermagem foram fundamentais durante a pandemia da Covid-19, atuando na linha de frente e enfrentando desafios diários. A exposição direta ao vírus, o aumento significativo da carga de trabalho e a constante adaptação a novas diretrizes e protocolos colocaram esses profissionais sob um estresse intenso, resultando em consequências profundas para sua saúde mental.

Foi visto que, além das responsabilidades intrínsecas à sua profissão, os enfermeiros também tiveram que lidar com questões de saúde mental, como depressão, ansiedade e distúrbios do sono. A síndrome de Burnout, em particular, revelou-se uma preocupação predominante entre eles. A necessidade constante de lidar com situações de alta mortalidade, o temor da própria infecção e a separação das famílias foram fatores que contribuíram para o declínio do bem-estar mental desses profissionais.

Notou-se que, mesmo diante desses desafios, os enfermeiros buscaram ativamente mecanismos para aliviar o impacto da pandemia em seu bem-estar diário. Muitos recorreram a grupos de apoio, terapias, práticas de mindfulness e técnicas de relaxamento. Além disso, algumas instituições médicas ofereceram programas de resiliência e bem-estar, evidenciando a importância de cuidar da saúde mental daqueles na linha de frente.

Foi possível observar que, apesar da disponibilidade de recursos de apoio, nem todos os enfermeiros conseguiram ou quiseram acessá-los. Barreiras como o estigma associado à busca

por ajuda em questões de saúde mental, falta de tempo ou simples falta de conhecimento sobre os recursos disponíveis ainda persistem.

Observou-se que, em meio a uma crise de saúde global sem precedentes, os enfermeiros demonstraram uma resiliência notável. Seu compromisso e dedicação em servir a comunidade, mesmo à custa de sua própria saúde mental e física, sublinha o papel crucial que desempenham no sistema de saúde. Reconhecer, valorizar e apoiar esses profissionais é imperativo para garantir a eficácia contínua do sistema de saúde e o bem-estar dos pacientes.

## **REFERÊNCIAS**

ALVES, Júlio Cezar Silva; SOUZA, Natália Inácio; MARTINS, Wesley. Síndrome de Burnout e saúde mental de profissionais da enfermagem na pandemia de Covid-19. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p. e57911831360-e57911831360, 2022.

BARROS, Alyce Brito et al. Impactos da pandemia da covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 10, p. 81175-81184, 2020.

BEZERRA, Gabriela Duarte et al. O impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa. **Revista Enfermagem atual in derme**, v. 93, 2020.

COSTA, Maria Ruberlandia Barros Siebra et al. Impactos da covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem. **Cadernos ESP**, v. 16, n. 4, p. 104-118, 2022.

GIL, A. C. et al. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2010.

HORTA, Rogério Lessa et al. O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 30-38, 2021.

LOPES, Lurdes Marina Silva; SOUSA, Pedro Vitor Costa; DE PASSOS, Sandra Godoi. Saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente da Covid-19: revisão literária. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 5, n. 10, p. 294-304, 2022.

LUZ, Dayse Christina Rodrigues Pereira et al. Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. **Nursing (São Paulo)**, v. 24, n. 276, p. 5714-5725, 2021.

MAIER, Michele; KANUNFRE, Carla Cristine. Impacto na saúde mental e qualidade do sono de profissionais da enfermagem durante a pandemia da COVID-19 [. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 29, n. 1, p. 61806, 2021.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed.- São Paulo: Atlas, 2012.

MOSER, Carolina Meira et al. Saúde mental dos profissionais da saúde na pandemia do coronavírus (Covid-19). **Rev Bras Psicoter**, v. 23, n. 1, p. 107-25, 2021.

PRIGOL, Adrieli Carla; DOS SANTOS, Edilson Lima. Saúde mental dos profissionais de enfermagem diante da pandemia COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e542997563-e542997563, 2020.

QUEIROZ, Aline Macêdo et al. O 'NOVO' da COVID-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem?. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, 2021.

SANTOS, Katarina Márcia Rodrigues dos et al. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Escola Anna Nery**, v. 25, 2021.

SOUZA, Norma Valéria Dantas de Oliveira et al. Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. **Revista gaucha de enfermagem**, v. 42, 2021.

TOESCHER, Aline Marcelino et al. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. **Escola Anna Nery**, v. 24, p. e20200276, 2020.

TOLÊDO, Leticia Graciela et al. Saúde mental dos profissionais de enfermagem em tempos de pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 49163-49174, 2021.