

**REFLEXÃO SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE  
ENFERMAGEM DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

**REFLECTION ON THE MENTAL HEALTH OF NURSING PROFESSIONALS  
DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

**Aline Roepke Loss Correia**

**Farmacêutica, Alfa Unipac, Brasil**

**Email: [alineriepke@yahoo.com.br](mailto:alineriepke@yahoo.com.br)**

**Márcio Souza Vidal dos Santos**

**Graduando em Enfermagem, Alfa Unipac, Brasil**

**Email: [marciosouzavidalsantos@hotmail.com](mailto:marciosouzavidalsantos@hotmail.com)**

**Recebido: 09/07/2022 Aceite:01/08/2022**

**Resumo**

Diante do cenário de pandemia de COVID-19 os profissionais de saúde foi um dos grupos mais afetados, visto que na linha de frente foram mais expostos e suscetíveis a risco de contágio e sofrimento emocional, afetando consideravelmente sua saúde mental. O presente estudo objetiva refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. Considera-se que a pandemia de COVID-19 causou grande impacto na saúde mental dos profissionais da saúde, potencializando sintomas como depressão, ansiedade, insônia, angústia e estresse. Aponta-se como causa do agravamento desses sintomas e adoecimento psíquico da categoria: turnos exaustivos de trabalho, falta ou escassez de EPIs,

risco de autocontaminação e de seus familiares, isolamento social, morte de pacientes e risco eminente de morte. Portanto, identifica-se necessário novos estudos que ampliem e analisem a relação da saúde mental e o trabalho dos profissionais da enfermagem, visando, intervir com estratégias de enfrentamento para minimizar o sofrimento e adoecimento psíquico destes profissionais principalmente caso ocorra novos surtos de COVID-19 e outras possíveis pandemias/epidemias.

**Palavras-chave:** Enfermagem; Saúde Mental; COVID-19.

### **Abstract**

In the face of the COVID-19 pandemic scenario, health professionals were one of the most affected groups, since on the front line they were more exposed and susceptible to the risk of contagion and emotional suffering, considerably affecting their mental health. The present study aims to reflect on the mental health of nursing professionals during the COVID-19 pandemic. This is an integrative literature review. The COVID-19 pandemic is considered to have had a great impact on the mental health of health professionals, potentiating symptoms such as depression, anxiety, insomnia, anguish and stress. The causes of the worsening of these symptoms and psychological illness in the category are pointed out: exhausting work shifts, lack or scarcity of PPE, risk of self-contamination and that of their families, social isolation, death of patients and imminent risk of death. Therefore, further studies are needed to expand and analyze the relationship between mental health and the work of nursing professionals, aiming to intervene with coping strategies to minimize the suffering and psychic illness of these professionals, especially in the event of new outbreaks of COVID-19. and other possible pandemics/epidemics.

**Keywords:** Nursing; Mental health; COVID-19.

## **1. Introdução**

Durante o cenário de pandemia do Coronavírus percebe-se que o cuidado se tornou um grande desafio para os profissionais de saúde visto a dimensão e complexidade da doença. E nesse contexto observa-se que os profissionais de Enfermagem estiveram na linha de frente no combate ao covid-19 e foram o grupo mais expostos a risco de contaminação devido a escassez de recursos, como a falta de equipamentos de proteção individual adequados, turnos exaustivos de trabalho, houve déficits de profissionais gerados por afastamento por contaminação, sobrecarga de serviço para os demais, risco de auto contaminação e de seus familiares, isolamento social, e ainda tiveram que lidar com a perda de pacientes e de colegas de trabalho que perderam a vida por Covid-19. Observa-se que os trabalhadores pressionados com essa situação apresentaram altos níveis de ansiedade, medo de adoecer, provocando severos problemas de saúde mental e aumentando os casos de Síndrome de *Burnout*, além de gerar ansiedade, insônia, depressão e estresse associado.

A dinâmica de trabalho da Enfermagem vai muito além do cuidado com a doença em si, visto que o cuidado da saúde, a vida das pessoas com toda sua complexidade e subjetividade chocam-se com as perspectivas e expectativas destes profissionais; principalmente ao lidar com sentimentos de medo em relação a contágio e perdas; resultando no agravamento da saúde emocional dentro do cotidiano do trabalho da Enfermagem.

Diante disso, esse estudo visa refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. Para tanto pretende-se:

- Analisar o impacto da pandemia de COVID-19 na Saúde Mental dos profissionais de enfermagem;
- Discutir as condições de trabalho dentro do contexto – fatores de risco e consequências para os serviços de saúde;
- Identificar as estratégias / intervenções realizadas para o enfrentamento do COVID-19.

A questão norteadora da presente revisão foi: Como está a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia por COVID-19? Este trabalho se justifica uma vez que vislumbra necessário trazer à tona a temática da saúde mental destes profissionais durante a atual pandemia.

## **2. Revisão da Literatura**

### **2.1 Breve contextualização da Pandemia Covid-19**

Diante do cenário de surto da doença COVID-19 causada pelo Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-Cov2) - o Coronavírus - vivemos momentos impactantes e de intenso desafio, principalmente no contexto que os profissionais da saúde se inserem.

Segundo Humerez et al (2020), a doença foi relatada pela primeira vez na província de Wuhan na China em 2019, a doença infecciosa COVID-19, se configurando como uma nova enfermidade, diferente de outras causadas por Coronavírus; se tratando de uma doença com rápida transmissibilidade entre indivíduos podendo ser sintomáticos ou não, cujos surtos podem crescer rápida e exponencialmente. O COVID-19 ocasionou enormes prejuízos não só no Brasil, mas em todo o mundo. A vida cotidiana mudou profundamente, a economia entrou em recessão e muitas das redes tradicionais de segurança social, econômica e de saúde pública nas quais as pessoas confiam em tempos difíceis foram submetidas a pressões sem precedentes. Geralmente pandemias tendem a provocar um pânico generalizado na população, principalmente quando o conhecimento sobre a doença ainda se encontrava em construção. De acordo com os autores, segundo dados do Conselho Federal de Enfermagem (2020), registra-se entre profissionais de enfermagem em todo país um total de 2.283.808, distribuídos em 558.318 enfermeiros, 1.307.680 técnicos de enfermagem e 417.519 auxiliares de enfermagem. Sendo que estes e demais trabalhadores da área enfrentaram e ainda convivem com incertezas, anseios e preocupações, afetando sua saúde

mental e física neste contexto de pandemia. O fato dos profissionais da Enfermagem estarem ainda, atuando muitas das vezes sem equipamentos de proteção adequados, no atendimento em geral ou em centros de terapia intensiva, resgates, emergências, atenção primária e enfermarias só agravam o adoecimento destes, visto que atuam na linha de frente à pandemia, o que emerge sentimentos como ansiedade, medo, depressão e exaustão.

Houve pesquisas que buscaram medidas farmacológicas e vacinas para a COVID-19, mas até a conclusão e imunização da população a medida mais eficaz adotada mundialmente para o controle da transmissão do Covid - 19 segundo Oliveira et al (2020), foi o isolamento social. Porém, o Covid trouxe consigo e intensificou sentimentos como: desamparo, tédio, solidão, tristeza, reações comportamentais como alterações ou distúrbios de apetite, distúrbios do sono e conflitos interpessoais, impactando não somente a vida dos pacientes e familiares, mas também dos trabalhadores do setor de saúde

## **2.2 Saúde mental associada ao trabalho**

A associação entre o surgimento de transtornos mentais e o trabalho desenvolvido por profissionais de saúde decorre de várias causas. Para Fernandes et al (2018), a elevada carga horária aliada ou não com a baixa remuneração, labor em mais de um estabelecimento e vínculo de trabalho estabelecido por contrato temporário / precário podem corresponder às causas de aparecimento de algum transtorno mental ao longo da vida. Além disso, atender diariamente pacientes com diferentes doenças, enfrentar a dor, o sofrimento, a morte, o excesso de trabalho, a elevada responsabilidade e atividades de plantão também podem corresponder às causas desses problemas. Para os autores, a doença mental resultante de excesso laboral, cognitivo e sobrecarga emocional gerados pela natureza das tarefas e suas condições de execução, bem como sua eficácia, devem ter um olhar mais direcionado à saúde do trabalhador e os sentimentos nos quais são envolvidos e podem vir a afetar seu trabalho, como o estresse e sintomas depressivos que acabam podendo ocorrer comprometimento ou prejuízo na capacidade para o

exercício do labor. Dessa forma, discute-se a importância de monitorar a saúde desses profissionais, visto que muitas vezes o sofrimento e o desgaste mental sofrem uma banalização, e muitos trabalhadores não dão a importância devida aos seus problemas de saúde, podendo em um futuro próximo ter a qualidade de sua assistência comprometida e, dessa forma, evoluir para um quadro mais complicado de seu estado emocional e de saúde. A carga de trabalho está ligada aos riscos ocupacionais, interagindo com corpo e mente do trabalhador de tal forma que se o corpo sofre, a mente também sofre. Os trabalhadores submetidos a altas demandas psicológicas apresentam pouco suporte no trabalho, com fatores de risco para adoecimento. Além disso, fatores de estresse ocasionados por problemas já mencionados implicam na prevalência de transtornos mentais comuns entre os trabalhadores de saúde. Segundo os autores, é preciso atentar para o paradoxo que envolve situações de trabalho que contribuem para o adoecimento de trabalhadores cujas atividades visam à promoção e manutenção da saúde da população.

### **2.3 Saúde mental dos trabalhadores de enfermagem durante a pandemia de COVID-19**

Diante do cenário da pandemia de COVID-19, observa-se que os trabalhadores da enfermagem pressionados com essa situação apresentaram altos níveis de ansiedade, acrescidos do risco de adoecer, provocando severos problemas de saúde mental.

Em se tratando da saúde mental dos trabalhadores da enfermagem que atuam na linha de frente à pandemia, os sentimentos e implicações mais frequentes segundo a pesquisa de Bezerra et al (2020), relacionam-se: a depressão, insônia ansiedade, angústia, TEPT – transtorno de estresse pós traumático, distúrbios do sono – síndrome de *burnout*, TOC – transtorno compulsivo obsessivo, exaustão, além de níveis mais baixos de satisfação no trabalho.

Para Seminiuk et al (2012), a pandemia trouxe consigo como maior causa de sofrimento emocional do trabalhador da saúde - o lidar com a morte, não

somente dos pacientes e colegas de trabalho, como também do risco eminente de autocontaminação e morte, o que coloca suas próprias vidas em risco e de suas famílias. O estresse gerado pelo trabalho, afeta fisicamente e emocionalmente o trabalhador da saúde, o que interfere nas suas relações de trabalho e no seu desempenho. Para um trabalho com eficácia os profissionais dependem de muita energia para equilibrar seus sentimentos, pensamentos e comportamentos. Para os autores, acontecimentos como a contaminação, adoecimento e morte não podem ser evitados e o modo como o profissional encara esses processos influencia diretamente em seu trabalho. Ou seja, ao ser responsável por cuidar integralmente do paciente, o profissional necessita estar bem, para que possa trabalhar bem.

Para Duarte et al (2020), o alto poder de contágio fez com que muitos profissionais de saúde no mundo se contaminassem, devido à vulnerabilidade de suas atividades laborais. No Brasil, a situação não foi diferente e a constatação de casos entre profissionais se constituiu como uma das maiores preocupações do Sistema Único de Saúde (SUS).

## **2. 4 Impactos da Pandemia de Covid 19 na saúde mental dos trabalhadores de Enfermagem**

Mesmo após o surgimento das imunizações através das vacinas, que ocasionou drasticamente a diminuição de infecção pelo coronavírus , mesmo assim conviveremos a médio e longo prazo com as consequências e prejuízos à saúde mental dos trabalhadores que atuaram na linha de frente contra esta doença. Campidelli et al (2020), ressalta a necessidade de valorização desses profissionais, reconhecendo que a sociedade ainda enfrentará desafios por consequência da pandemia de covid 19, ainda não se sabe quando a mesma se findará, tampouco se a mesma trará sequelas definitivas na saúde mental dos profissionais de saúde que trabalharam de forma tão intensa e ainda atuam na linha de frente ao combate desta doença. De acordo com os autores o impacto do covid 19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem ocorre por diversos fatos: sobrecarga de forma

exacerbada, fadiga e cansaço, pressões ambientais, cobranças internas e externas e frustração frente a morte. Lidar com a escassez de recursos e materiais, a incerteza da eficácia do tratamento dado ao paciente e o gerenciamento da própria saúde, dos familiares e pacientes são sentimentos emergentes que impactam a saúde mental destes profissionais. Por isso, percebe-se necessário intervenções voltadas a estes trabalhadores visto a apresentação e intensificação de sintomas de transtornos mentais, além de estratégias de enfrentamento e autocuidado.

## **2.5 Condições de trabalho e estratégias / intervenções realizadas para o enfrentamento do Covid 19**

Com relação as condições de trabalho frente a pandemia de Covid 19, Paes et al (2021), aponta que os trabalhadores tiveram que lidar com agentes estressores como: falta de EPIS, prevenção de contaminação, manutenção da segurança do paciente, escassez de mão de obra, sobrecarga de trabalho, baixo salario, carga horário extensa, preconceito, culpa pela morte dos pacientes, sendo que o risco de contaminação , segundo os autores, é o fator mais estressante enfrentado pela categoria até os dias atuais.

É evidente que os trabalhadores da saúde tiveram o emocional abalado com a pandemia de Covid-19. Prado et al (2020) aponta a importância de tratamento psicológico e psiquiátrico a esses profissionais, uma vez que cuidar da saúde mental promove uma atuação eficaz. Sendo que a ausência de tratamento pode reduzir e refletir de certa forma nos cuidados, trazem ainda, chances de afastamentos e outros agravos por consequência desta pandemia. Segundo os autores, as estratégias em saúde mental, com relação a estes profissionais, durante a pandemia devem ser pautadas no acolhimento do mesmo, considerando sua subjetividade e suas emoções, promovendo uma escuta ativa, qualificada, empática e sensível às suas demandas. Sendo que as intervenções deverão focar no enfrentamento, resolução de problemas, esperança e pensamentos positivos, promovendo assim respostas funcionalmente equivalentes.



### **3. Considerações Finais**

Esta reflexão discorreu sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de coronavírus, os quais, fazem parte da linha de frente – ou seja, um dos grupos mais afetados tanto fisicamente, quanto emocionalmente, visto que foram expostos ao risco de contágio, dor emocional e risco eminente de morte, fatores estes que afetou consideravelmente a saúde mental desta categoria. Os estudos analisados, somados à prática, evidenciam que os profissionais de enfermagem ficaram e ainda estão suscetíveis à exacerbação de sintomas como depressão, ansiedade, insônia, angústia, distúrbios de sono e alimentares, estresse, síndrome de *burnout*, etc, durante à pandemia de coronavírus, tendo em vista os turnos exaustivos de trabalho, a morte de pacientes e colegas, risco de autocontaminação e de seus familiares e isolamento social.

Identifica-se a necessário suporte e ajuda psicológica aos profissionais de saúde visto a complexidade da relação cuidado – cuidador. Os profissionais de enfermagem enfrentam dificuldades para administrar as situações vivenciadas neste período de pandemia, o que pode acarretar o desequilíbrio emocional dos trabalhadores de enfermagem, portanto a saúde mental destes profissionais necessita ser elencada como uma das prioridades para os gestores de saúde, garantindo estratégias e políticas públicas que assegurem a integridade e a sanidade para estes que estão na linha de enfrentamento da pandemia.

Destaca-se ainda necessário novos estudos que analisem a relação entre a saúde mental e o trabalho dos profissionais de saúde, relacionando os fatores e causas que desenvolvem transtornos psíquicos, que nesse período de pandemia se agravou exponencialmente, propondo assim estratégias de promoção e intervenções em saúde mental no ambiente ocupacional.

### **4. Referências**

BEZERRA, G. D. et al. **O impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa.** Rev. Enferm. Atual In Derme ed 93, 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1253303> - Acesso em 12 abr 2022.

CAMPIDELLI, E. D. S; OLIVEIRA F. C. P. **O impacto da Covid – 19 na saúde mental da enfermagem: revisão integrativa** – Centro Universitário RUNA Barreiro. Belo Horizonte, 2021 Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/14701> - Acesso em 12 abr 2022.

DAL’BOSCO E. B. et al. **A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional** - Rev Bras Enferm. Ed 73, 2020. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672020001400153&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672020001400153&script=sci_arttext&tlng=pt). Acesso em 12 abr 2022.

DUARTE M. L. C.; SILVA D. G.; BAGATINI M. M. C. **Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus.** Rev Gaúcha Enferm. ED 42, 2021. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472021000200701&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472021000200701&script=sci_abstract&tlng=pt) – Acesso em 12 abr 2022.

FERNANDES M. A.; SOARES L. M. D.; SILVA J. **Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa brasileira** - Rev Bras Med Trab.;16(2):218-224, 2018– Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/318/pt-BR/transtornos-mentais-associados-ao-trabalho-em-profissionais-de-enfermagem--uma-revisao-integrativa-brasileira>. Acesso em: 12 abr 2022.

HUMEREZ D. C. et al. **Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: ação do Conselho Federal de Enfermagem.** Cogitare enferm. Ed. 25, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/74115/40808> . Acesso em 12 abr 2022.

MOREIRA A. S.; LUCCA S. R. **Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao COVID-19.** Enfermagem foco, ed 11, Brasília, 2020. Enferm. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1116610> - Acesso em 12 abr 2022.

OLIVEIRA O. C.; SOARES J. P. R. **O impacto da pandemia de Covid 19 na saúde mental das equipes de enfermagem no Brasil e as estratégias de enfrentamento frente a este desafio: Revisão Integrativa.** RUNA, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/14866>. Acesso em 12 abr 2022.

PAES C. L. A. et al. **Os agravos psicossociais e a saúde mental da equipe de enfermagem na transcedência ao pós-pandemia de Covid-19.** Research, Society and Development, ed. 10, 2021. Disponível em: [https://redib.org/Record/oai\\_articulo3174729-os-agravos-psicossociais-e-a-sa%C3%BAde-mental-da-equipe-de-enfermagem-na-transced%C3%Aancia-ao-p%C3%B3s-pandemia-de-covid-19](https://redib.org/Record/oai_articulo3174729-os-agravos-psicossociais-e-a-sa%C3%BAde-mental-da-equipe-de-enfermagem-na-transced%C3%Aancia-ao-p%C3%B3s-pandemia-de-covid-19). Acesso em 12 abr 2022.

PALHETA R. P. **Saúde mental dos trabalhadores de saúde no Brasil pós pandemia de covid-19: Um estudo de revisão sistemática** Brazilian Journal of Health Review, v.4, n.6, p. 28204-28216. Curitiba, 2021. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/41549>. Acesso em 12 abr 2022.

PRADO A.D. et al. **A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa.** Revista Eletrônica Acervo Saúde, ed. 46, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/4128>. Acesso em 12 abr 2022.

SILVA A. R. M. et al. **Os impactos da Pandemia de Covid – 19 na saúde mental dos profissionais da saúde – V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar,**

UNIFIMES. Goiás, 2021. Disponível em: <https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/coloquio/article/view/988> - Acesso em 12 abr 2022.

SEMINIUK A. P.; DURMAN S.; MATOS F. G. O. A. **Saúde mental da equipe de enfermagem de Centro Cirúrgico frente à morte.** Revista SOBECC, v. 17, n. 4, p. 48-56, dez. São Paulo, 2012. Disponível em: <https://revista.sobecc.org.br/sobecc/article/view/188>. Acesso em 12 abr 2022.