REVISTA ELETRÔNICA
ACERVO ENFERMAGEM
ISSN 2674-7189



Repercussões psicossociais da pandemia da Covid-19: impacto na saúde mental e qualidade de vida dos profissionais de saúde

Psychosocial repercussions of the Covid-19 pandemic: impact on the mental health and quality of life of healthcare professionals

Repercusiones psicosociales de la pandemia de Covid-19: impacto en la salud mental y la calidad de vida de los profesionales sanitarios

Guilherme Alves Oliveira[1], Elisângela de Andrade Aoyama[1], João de Sousa Pinheiro Barbosa[1].

RESUMO

Objetivo: Analisar os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental e no bem-estar psicológico dos profissionais de saúde. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada na base PubMed. Foram utilizados os descritores “COVID-19” AND “Transtornos Mentais” AND “Profissionais de Saúde” AND “UTI” AND “Burnout”. **Resultados:** Os estudos apontaram elevadas prevalências de burnout, ansiedade, depressão, insônia, estresse e transtorno de estresse pós-traumático. Os profissionais mais afetados foram mulheres, enfermeiros e aqueles atuantes na linha de frente. Entre os principais fatores de risco destacaram-se sobrecarga laboral, exaustão física e emocional, medo de contaminação e insuficiência de recursos. Como fatores protetores, evidenciaram-se o suporte institucional, recursos psicológicos e a adequada oferta de equipamentos de proteção individual (EPIs). **Considerações finais:** A COVID-19 exerceu forte impacto sobre a saúde mental dos profissionais de saúde, reforçando a necessidade de estratégias institucionais de apoio contínuo, promoção de bem-estar psicológico e intervenções preventivas voltadas a esse grupo.

Palavras-chave: Covid-19, Transtornos mentais, Profissionais de saúde, UTI, Burnout.

ABSTRACT

Objective: To analyze the impacts of the COVID-19 pandemic on the mental health and psychological well-being of healthcare professionals. **Methods:** This is an integrative literature review conducted in the PubMed database. The descriptors used were "COVID-19" AND "Mental Disorders" AND "Healthcare Professionals" AND " ICU" AND "Burnout.". **Results:** Studies have shown high prevalence rates of burnout, anxiety, depression, insomnia, stress, and post-traumatic stress disorder. The most affected professionals were women, nurses, and those working on the front lines. The main risk factors included work overload, physical and emotional exhaustion, fear of contamination, and insufficient resources. Protective factors included institutional support, psychological resources, and an adequate supply of personal protective equipment (PPE). **Final considerations:** COVID-19 has had a strong impact on the mental health of healthcare professionals, reinforcing the need for institutional strategies for ongoing support, promotion of psychological well-being, and preventive interventions aimed at this group.

Keywords: Covid-19, Mental disorders, Health professionals, UTI, Burnout.

RESUMEN

Objetivo: Analizar los impactos de la pandemia de COVID-19 en la salud mental y el bienestar psicológico de los profesionales de la salud. **Métodos:** Se trata de una revisión bibliográfica integradora realizada en la

[1] Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos (UNICEPLAC), Gama - DF.

SUBMETIDO EM: 10/2025 | **ACEITO EM: 10/2025** | **PUBLICADO EM: 10/2025**

base de datos PubMed. Los descriptores utilizados fueron “COVID-19” AND “Trastornos Mentales” AND “Profesionales de la Salud” AND “UCI” AND “Burnout”. **Resultados:** Los estudios han demostrado altas tasas de prevalencia de síndrome de burnout, ansiedad, depresión, insomnio, estrés y trastorno de estrés postraumático. Los profesionales más afectados fueron las mujeres, el personal de enfermería y quienes trabajan en primera línea. Los principales factores de riesgo incluyeron la sobrecarga laboral, el agotamiento físico y emocional, el miedo al contagio y la insuficiencia de recursos. Los factores de protección incluyeron el apoyo institucional, los recursos psicológicos y un suministro adecuado de equipo de protección individual (EPI). **Consideraciones finales:** La COVID-19 ha tenido un fuerte impacto en la salud mental de los profesionales de la salud, reforzando la necesidad de estrategias institucionales de apoyo continuo, promoción del bienestar psicológico e intervenciones preventivas dirigidas a este grupo.

Palabras clave: Covid-19, Trastornos mentales, Profesionales de la salud, UCI, Burnout.

INTRODUÇÃO

Em 11 de março de 2020, a COVID-19 foi declarada pandemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS), causada pelo vírus SARS-CoV-2, da família Coronaviridae. A doença apresenta maior gravidade quando compromete o sistema respiratório e pode evoluir para síndrome respiratória aguda grave. Sua transmissão ocorre principalmente por gotículas expelidas por indivíduos infectados, além do contato próximo e, em alguns casos, em ambientes fechados, o que favoreceu sua rápida disseminação mundial (FARIA EB, et al., 2024).

Além do comprometimento respiratório, a COVID-19 pode apresentar manifestações sistêmicas, incluindo febre, tosse, cefaleia, fadiga, dispneia e alterações no olfato e paladar. A intensidade dos sintomas pode variar conforme a idade, presença de comorbidades e estado imunológico do indivíduo, sendo maior em grupos vulneráveis e podendo evoluir para formas severas da doença. Nessas situações, há maior risco de hospitalização, necessidade de suporte ventilatório e complicações clínicas, o que reforça a importância do diagnóstico precoce e do monitoramento contínuo (NETO ARS, et al., 2020). No Brasil, o primeiro caso de COVID-19 foi registrado em 26 de fevereiro de 2020, e nos meses seguintes o número de infecções e óbitos cresceu de forma exponencial, colocando o país entre os mais afetados no mundo.

A rápida disseminação do vírus sobrecarregou os serviços de saúde, evidenciando limitações estruturais, escassez de leitos hospitalares e dificuldades na distribuição de equipamentos e recursos essenciais (FARIA EB, et al., 2024). Medidas preventivas, como distanciamento social, uso de máscaras e higienização das mãos, foram adotadas para conter a disseminação do vírus, mas sua aplicação inadequada foi um dos fatores contribuintes para a rápida propagação. Nesse contexto, profissionais de saúde enfrentaram mudanças abruptas na rotina como o aumento da demanda assistencial, pressão emocional e risco constante de contaminação.

O cansaço físico e mental favoreceu o surgimento de transtornos como ansiedade, depressão e a síndrome de Burnout. A síndrome de Burnout surgiu principalmente por conta da grande sobrecarga de trabalho exigida no combate ao vírus associados às condições de trabalho (CHAVES ISD, et al., 2024). De acordo com Colichi, et al. (2023), “a síndrome de Burnout é caracterizada por exaustão física e emocional, levando à queda na produtividade e prejuízos na saúde mental”. Durante a pandemia, o problema foi potencializado pela escassez de equipamentos de proteção individual (EPIs), equipes reduzidas, jornadas prolongadas e pelo receio de infecção (COLICHI RMB, et al., 2023).

Nesse cenário, muitos profissionais vivenciaram um ambiente de trabalho adverso, marcado por sobrecarga, privações de sono, insegurança diante de evidências científicas limitadas e em alguns casos, luto pela perda de familiares e colegas. Ainda assim, continuaram atuando na linha de frente, prestando toda assistência necessária aos pacientes mesmo sob forte desgaste psicológico e físico. A pandemia representou um importante fator de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais entre os profissionais da saúde, reforçando a necessidade de estratégias de apoio psicológico e promoção do bem-estar para garantir um bom desempenho de suas funções mesmo sob pressão e boa qualidade de vida (LIMA KMS, et al., 2024).

Diante disso, este estudo busca responder com base em evidências científicas à seguinte questão norteadora: Quais foram os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental e no bem-estar psicológico dos

profissionais de saúde? Baseando-se nas repercussões psicossociais que a pandemia teve sobre esses trabalhadores, ressaltando os principais fatores de risco, consequências e possibilidades de intervenção. Nessa perspectiva objetivo do trabalho é analisar os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental e no bem-estar psicológico dos profissionais de saúde.

MÉTODOS

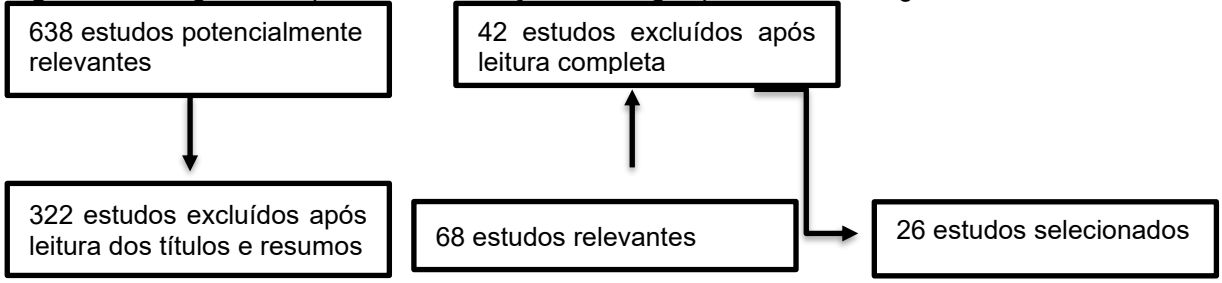
O presente estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica integrativa, utilizando exclusivamente dados secundários obtidos de artigos científicos previamente publicados e de acesso público. Dessa forma, não houve intervenção direta, coleta de informações ou qualquer contato com seres humanos, animais ou dados sensíveis que demandassem aprovação em Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). Ainda assim, todas as etapas da pesquisa foram conduzidas em conformidade com os princípios éticos preconizados pela Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, respeitando-se a integridade, autoria e direitos dos autores das publicações utilizadas. As referências foram devidamente citadas, garantindo-se o reconhecimento intelectual e evitando-se qualquer forma de plágio.

A busca dos estudos foi realizada na base de dados PubMed, selecionada por sua abrangência e relevância na área da saúde. Foram utilizados descritores controlados extraídos do Medical Subject Headings (MeSH) e seus correspondentes em português, combinados por operadores booleanos, resultando na seguinte estratégia de busca: "Covid-19" AND " Transtornos Mentais" AND " Profissionais de Saúde" AND " UTI" AND " Burnout".

A triagem inicial foi conduzida por meio da leitura de títulos e resumos, excluindo-se os estudos que não atendiam aos critérios pré-estabelecidos. Em seguida, procedeu-se à leitura integral dos artigos selecionados, avaliando sua aderência à pergunta norteadora e aos critérios de inclusão e exclusão. Os dados extraídos incluíram: autores, ano de publicação, tipo de estudo, amostra, principais achados e conclusões. Para a análise, foi empregada abordagem qualitativa, organizando os resultados em categorias temáticas, de forma a sintetizar os impactos psicológicos e sociais da pandemia sobre os profissionais de saúde, bem como as estratégias de enfrentamento identificadas.

Critérios de Inclusão: Artigos publicados entre 2020 e 2025; disponíveis em texto completo; Idioma português ou inglês; Estudos originais; Pesquisas que abordassem exclusivamente profissionais de saúde atuantes na linha de frente da pandemia da COVID-19; Abordagem direta sobre saúde mental e/ou bem-estar psicológico; Foram localizados 638 artigos. Critérios de Exclusão: Estudos de caso; Pesquisas realizadas fora do contexto brasileiro; Artigos não originais (editoriais, cartas ao editor, revisões narrativas não sistemáticas); Trabalhos que não tivessem como foco principal a saúde mental dos profissionais de saúde; Pesquisas envolvendo profissionais de áreas não diretamente relacionadas ao atendimento na pandemia; Publicações que não respondessem à questão norteadora; Foram excluídos 322 por não atender os critérios. Foram selecionados 68 artigos para leitura na integra, com amostra final de 26 artigos, esquematizados no fluxograma da (**Figura 1**).

Figura 1- Fluxograma do processo de seleção dos artigos para revisão integrativa.



Fonte: Oliveira GA, et al., 2025.

RESULTADOS

O quadro sintetiza os principais estudos sobre os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde, destacando uma prevalência significativa de ansiedade, depressão e burnout, com evidências de que as equipes na linha de frente foram desproporcionalmente afetadas. A representação visual no (**Quadro 1**) permite uma comparação direta da frequência e da severidade dessas condições, ilustrando a dimensão do problema e a necessidade de intervenções de suporte.

Quadro 1- Síntese dos estudos sobre os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde.

N	Autores (Ano)	Principais achados
1	Huang, et al. (2024)	161 estudos foram analisados, abrangendo um total de 341.014 profissionais de saúde em diferentes regiões do mundo, dos quais 82,8% eram mulheres. Em relação à ocupação, 16,2% eram médicos, 63,6% enfermeiros e 13,3% pertenciam a outras categorias da área da saúde. No contexto da pandemia, observou-se que 47% dos profissionais apresentaram esgotamento profissional, enquanto 38% relataram ansiedade, 34% manifestaram sintomas depressivos, 30% desenvolveram transtorno de estresse agudo e 26% apresentaram transtorno de estresse pós-traumático.
2	Boucher, et al. (2025)	Durante a pandemia da COVID-19, 87 meta-análises foram incluídas, envolvendo 1.846 artigos não sobrepostos e um total de 9.400.962 participantes. A análise revelou que os profissionais de saúde apresentaram alta prevalência de problemas de saúde mental. O transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) foi observado em 20% dos participantes, enquanto o burnout atingiu 44%. Os sintomas de depressão, ansiedade, sofrimento psicológico, estresse percebido, problemas de sono e insônia situam-se entre essas faixas, indicando uma carga significativa de sofrimento mental. As análises de subgrupos mostraram pouca variação nos desfechos entre diferentes categorias profissionais e entre os sexos, sugerindo que os impactos foram amplos e não restritos a grupos específicos.
3	Zhu, et al. (2023)	Foram incluídos 250 estudos, envolvendo 292.230 participantes de 46 países. A prevalência combinada dos principais problemas de saúde mental entre os profissionais de saúde foi de 43,6% para burnout, 37,1% para ansiedade, 37,6% para depressão, 43,7% para insônia, 41,3% para estresse, 30,6% para sintomas de transtorno de estresse pós-traumático e 25,0% para sintomas somáticos. As análises de subgrupos indicaram que a ansiedade, depressão e insônia foram mais prevalentes entre os profissionais da linha de frente, enquanto a ansiedade foi mais frequente em mulheres em comparação com homens. Em geral, casos leves constituíram a maior proporção dos desfechos observados, exceto em relação ao estresse, que apresentou maior variação de intensidade.
4	Cruz-Ausejo, et al. (2022)	19 artigos foram incluídos, envolvendo um total de 14.352 profissionais de saúde, com mediana de idade variando entre 29 e 42,5 anos. Aproximadamente 37% dos estudos utilizaram o WHOQOL-BREF para avaliar a qualidade de vida. Os relatos mostraram heterogeneidade, sendo que 7 estudos apresentaram escores globais e 9 estudos relataram os resultados por domínios específicos. Entre os fatores mais frequentemente associados à qualidade de vida, destacam-se depressão, ansiedade e estresse, sendo que esta foi significativamente menor entre os profissionais que atuam diretamente com pacientes com COVID-19 em comparação com aqueles que não trabalham na linha de frente.
5	GhahramanI, et al. (2021)	30 estudos observacionais foram encontrados por meio de buscas sistemáticas nas bases PubMed, Scopus, EMBASE, Web of Science, Cochrane Library e ProQuest (até janeiro de 2021). A prevalência geral de burnout entre os profissionais de saúde foi de 52%. Em relação aos componentes do burnout, exaustão emocional (EE) apresentou prevalência de 51%, despersonalização (DP) de 52% e falta de realização pessoal (AP) de 28%. Observou-se que mesmo profissionais de saúde que não atuavam na linha de frente apresentaram burnout. Além disso, foi identificado um gradiente de prevalência entre países de renda alta e média-baixa, especialmente para burnout total, exaustão emocional e falta de

		realização pessoal. Estes achados indicam a necessidade de mais estudos em países de renda baixa e média-baixa, bem como o desenvolvimento de uma ferramenta de diagnóstico uniforme para avaliação do burnout.
6	Andhavarapu, et al. (2022)	119 estudos foram incluídos na análise final, envolvendo 117.143 participantes e um total de 121 pontos de dados, sendo que 34 estudos (24.541 participantes) relataram a prevalência de sintomas graves de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). Entre os participantes, 25,2% eram médicos, 42,8% enfermeiros, 12,4% profissionais de saúde aliados, 8,9% profissionais auxiliares e 10,8% pertenciam a outras categorias. A prevalência combinada de sintomas de TEPT foi de 34%, enquanto a prevalência de sintomas graves atingiu 14%. Observou-se que a introdução das vacinas contra a COVID-19 foi associada a uma redução acentuada na prevalência de TEPT, enquanto o surgimento de novas variantes do vírus esteve ligado a pequenos aumentos nos casos.
7	Coimbra, et al. (2024)	Foram observados 33 estudos de 13 países, representando 31.849 indivíduos, e reunimos 79 tamanhos de efeito. Encontramos uma associação positiva entre IM e todos os problemas de saúde mental investigados (r s = .30-.41, todos. A heterogeneidade entre os estudos foi significativa. Uma porcentagem maior de enfermeiros nas amostras foi associada a uma relação mais forte entre IM e sintomas depressivos e de ansiedade. Amostras com uma porcentagem maior de profissionais de saúde fornecendo cuidados diretos a pacientes com COVID-19 exibiram um efeito menor entre IM e sintomas depressivos e de ansiedade. Observamos um efeito mais forte entre IM e sintomas de TEPT em amostras dos EUA em comparação com amostras de outros países.
8	Umbetkulova, et al. (2023)	Este estudo analisou 18 artigos longitudinais observacionais provenientes das bases Medline e PubMed (PROSPERO: CRD42021260307) para investigar os efeitos de longo prazo da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. Dos estudos incluídos, 12 indicaram mudanças negativas ao longo do tempo, enquanto 6 mostraram tendências positivas em diferentes desfechos de saúde mental, como ansiedade, depressão e insônia. Entre os fatores associados a mudanças negativas destacam-se sexo feminino, idade mais jovem, ocupação de enfermagem, trabalho na linha de frente, jornadas de trabalho prolongadas e preocupações com a contaminação pela COVID-19. Por outro lado, ambientes de trabalho de apoio, acesso a recursos psicológicos, fornecimento adequado de equipamentos de proteção individual e disponibilidade de testes de COVID-19 estiveram relacionados a mudanças positivas na saúde mental.
9	Yun Lan, et al. (2023)	O estudo identificou uma sequência relevante de fatores que influenciaram a qualidade de vida de profissionais de saúde que cuidam de pacientes com COVID-19, considerando o sucesso percebido das políticas de prevenção de epidemias, problemas nas relações familiares e nível educacional. Os mediadores dessa relação foram o uso de estratégias de enfrentamento orientadas pela abordagem e o estado atual de saúde mental.
10	Ridell RJ e Orvelius L (2023)	Este estudo avaliou 147 profissionais de saúde ao longo de um ano, com medições a cada três meses da saúde percebida utilizando o RAND-36, um instrumento amplamente utilizado para avaliação geral da qualidade de vida. Os resultados mostraram uma redução na qualidade de vida percebida durante os primeiros seis meses da pandemia da COVID-19. Profissionais que atuaram em enfermarias pandêmicas apresentaram pontuações mais baixas no RAND-36 em comparação com aqueles em enfermarias não pandêmicas. Além disso, enfermeiros registrados e auxiliares de enfermagem licenciados foram os mais afetados, com maior impacto negativo em sua qualidade de vida do que os médicos.
11	Fki, et al. (2025)	Durante o período do estudo, 529 profissionais de saúde foram diagnosticados com infecção por SARS-CoV-2, dos quais 249 participantes foram incluídos, resultando em uma taxa de participação de 47%. A síndrome pós-COVID-19 foi relatada em 65% dos casos. Uma baixa pontuação geral de qualidade de vida (QV) foi observada em 28,6% dos participantes, enquanto as baixas pontuações físicas e mentais compostas foram registradas em 34,3% e 29,4%, respectivamente.
12	COHEN, et al. (2023)	A prevalência de problemas de saúde mental entre os profissionais de saúde foi de 26,8% a 36,9% para provável transtorno mental comum (TMC), 8,7% a 13,6%

		para abuso de álcool, 16,4% a 21,2% para depressão, 10,8% a 14,2% para ansiedade e 5,9% a 8,0% para transtorno de estresse pós-traumático (TEPT).
13	Maqsood, et al. (2021)	Um total de 290 profissionais de saúde responderam à pesquisa. A pontuação média geral da qualidade de vida (QV) foi de 3,37 ± 0,97, enquanto a saúde geral apresentou média de 3,66 ± 0,88. Quanto aos domínios específicos, os resultados médios foram: físico = 11,67 ± 2,16, psicológico = 13,08 ± 2,14, social = 13,22 ± 3,31 e meio ambiente = 12,38 ± 2,59.
14	Loureiro, et al. (2022)	Profissionais de saúde brasileiros enfrentaram três períodos de intensificação da incidência de novos casos e mortes por COVID-19 ao longo de dois anos. Cerca de um terço da amostra ainda apresenta altos níveis de ansiedade, depressão e estresse pós-traumático. Entre os desfechos avaliados, os indicadores de insônia permaneceram os mais prevalentes.
15	Aymerich, et al. (2022)	Foram incluídos 239 artigos, envolvendo 271.319 profissionais de saúde com idade média de 36,08 ± 8,33 anos, sendo 66,99% mulheres. Entre os profissionais expostos à COVID-19, 33% relataram sintomas depressivos, 42% apresentaram características de ansiedade, 40% tiveram estresse agudo, 32% relataram sintomas pós-traumáticos, 42% relataram insônia e 37% apresentaram burnout.

Fonte: Oliveira GA, et al., 2025.

DISCUSSÃO

Os achados dos estudos analisados apontam de forma consistente para o impacto significativo da pandemia da COVID-19 na saúde mental e qualidade de vida dos profissionais de saúde em todo o mundo. Observa-se uma prevalência elevada de burnout, ansiedade, depressão, transtornos de estresse agudo e pós-traumático, bem como alterações na qualidade de vida percebida, especialmente entre profissionais da linha de frente. Huang et al. (2024) identificaram que 47% dos profissionais analisados apresentaram burnout, e 38% relataram ansiedade, enquanto Boucher et al. (2025) evidenciaram que 44% dos profissionais sofreram com burnout, com sintomas de depressão, ansiedade, sofrimento psicológico e insônia afetando grande parte da população estudada. Esses números refletem o estresse extremo e as demandas emocionais impostas aos profissionais de saúde durante os períodos de crise sanitária, corroborando a literatura prévia que associa situações de sobrecarga laboral à deterioração da saúde mental.

Contudo, Coimbra et al. (2024), ao analisarem 31.849 indivíduos de 13 países, identificaram associação positiva entre indicadores de saúde mental e sintomas de depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), sendo essa relação mais intensa entre enfermeiros. Os autores destacam ainda que profissionais em contato direto com pacientes apresentaram menor intensidade de sintomas depressivos e ansiosos. De forma complementar, Cohen et al. (2023) apontaram prevalências elevadas de transtornos mentais comuns (26,8% a 36,9%), depressão (16,4% a 21,2%), ansiedade (10,8% a 14,2%) e TEPT (5,9% a 8,0%), além do risco de abuso de álcool em até 13,6% da amostra. Esses achados revelam que, embora existam variações entre países e grupos profissionais, a categoria se mostra altamente vulnerável aos efeitos da crise sanitária, especialmente pela sobrecarga laboral, exposição ao risco e limitações estruturais dos sistemas de saúde.

A pandemia da COVID-19 gerou grandes impactos à saúde mental e à qualidade de vida dos profissionais de saúde, com alta prevalência de depressão, ansiedade, estresse pós-traumático, insônia e burnout. Maqsood et al. (2021) avaliaram 290 profissionais e identificaram comprometimento nos domínios psicológico e social da qualidade de vida, enquanto Loureiro et al. (2023) observaram que cerca de um terço dos profissionais brasileiros apresentava elevados níveis de ansiedade, depressão e TEPT, com insônia como sintoma mais prevalente. Complementando esses achados, Aymerich et al. (2022), ao analisarem 271.319 profissionais expostos à COVID-19, verificaram que 33% apresentaram sintomas depressivos, 42% ansiedade, 32% sintomas pós-traumáticos, 42% insônia e 37% burnout.

Esses resultados evidenciam que a sobrecarga laboral, a exposição contínua ao risco e as condições institucionais agravaram os impactos psicológicos e comprometeram a qualidade de vida, reforçando a necessidade de estratégias de suporte psicológico e organizacional para mitigar esses efeitos. A análise das

prevalências por categoria profissional revela padrões interessantes. Zhu et al. (2023) observaram que profissionais da linha de frente apresentaram maior incidência de ansiedade, depressão e insônia, enquanto a ansiedade foi mais frequente em mulheres. Esses dados indicam que o contato direto com pacientes infectados, aliado às características sociodemográficas e sociais, pode agravar os efeitos psicológicos da pandemia.

Estudos longitudinais, como o de Umbetkulova et al. (2023), reforçam essa percepção, mostrando que fatores como sexo feminino, idade mais jovem, trabalho em enfermagem e jornadas prolongadas foram consistentemente associados a desfechos negativos na saúde mental, enquanto ambientes de trabalho de suporte, disponibilidade de EPI e recursos psicológicos promoveram mudanças positivas. Além disso, a questão da qualidade de vida foi abordada de forma detalhada por estudos como Ausejo et al. (2022), Ridell & Orvelius (2023) e Fki et al. (2025), evidenciando que profissionais da linha de frente e aqueles que contraíram COVID-19 apresentaram pior percepção de qualidade de vida física e mental.

Ridell & Orvelius (2023) demonstraram que enfermeiros e auxiliares de enfermagem foram os mais afetados, enquanto Fki et al. (2025) mostraram que a síndrome pós-COVID reduziu ainda mais os indicadores de bem-estar. Esse conjunto de achados sugere que a sobrecarga emocional, o medo da contaminação e o impacto direto da doença em profissionais de saúde podem comprometer tanto a saúde física quanto a mental, gerando efeitos prolongados na percepção de bem-estar.

Outro aspecto relevante refere-se à heterogeneidade entre os estudos e a necessidade de atenção às diferenças contextuais e metodológicas. Ghahramani et al. (2021) destacam que mesmo profissionais que não atuavam na linha de frente apresentaram burnout, sugerindo que fatores organizacionais, carga de trabalho e contexto social desempenham papéis importantes na saúde mental. Além disso, Andhavarapu et al. (2022) indicaram que a introdução das vacinas reduziu a prevalência de sintomas graves de transtorno de estresse pós-traumático, enquanto novas variantes do vírus aumentaram ligeiramente os casos, reforçando a influência de fatores externos na resposta psicológica da equipe de saúde.

Os resultados também sugerem implicações para políticas de saúde e estratégias de enfrentamento. Estudos como Yun Lan et al. (2023) demonstram que políticas de prevenção de epidemias, suporte familiar e uso de estratégias de coping baseadas na abordagem podem mediar a relação entre o contexto pandêmico e a qualidade de vida. Além disso, a associação entre suporte institucional, recursos adequados e redução de sintomas depressivos e ansiosos reforça a importância de intervenções organizacionais que promovam bem-estar, resiliência e cuidado psicológico para profissionais de saúde.

Pineda et al., (2022) informa que durante a pandemia em 2020, a criação de uma linha direta 24h para dar apoio psicológico foi a intervenção que foi mais frequentemente utilizada. Ferramentas de auto resgate através de aplicativos ou websites também foram ampla e profundamente utilizadas. Outras intervenções comuns que foram utilizadas na época foram o desenvolvimento de protocolos de ação rápida, disponibilização de conteúdos regulares e atualizados, implementação de sistemas de ensino à distância, contratação de reforço de pessoal e também a modificação das datas de férias e licenças especiais. Para Paiva et al., (2021), Intervenções Baseadas em Mindfulnes (IBM) são também de extrema importância para os profissionais da saúde pois levam muitos benefícios como o autocuidado, autocompaixão, bem-estar físico, mental e social.

No que diz no contexto de Burnout, Soares et al., (2022) explica que o Burnout seria um tipo de síndrome que é caracterizada principalmente pelo esgotamento físico extremo de energia dentro do ambiente corporativo. É reconhecida como um problema que pode atingir diversas posições ao redor do mundo, entretanto, estudiosos evidenciam que o problema está internalizado nas ocupações que abrangem a prestação de serviços e cuidados com pessoas, o que se emprega ao trabalho desenvolvido pelos profissionais de saúde. No entanto, já para Colichi et al (2023), a síndrome de Burnout ou esgotamento profissional, é descrita como um tipo de reação de estresse severo de um profissional causado pelo ambiente de trabalho, demonstrando um quadro com sintomas físicos, além também da exaustão emocional, resultando muitas vezes em baixa produtividade.

Segundo Soares e Méa (2022) dentre os profissionais da saúde, aqueles que atuaram na área da enfermagem sendo técnico ou superior e que estavam na linha de frente na Unidade de Terapia Intensiva (UTI)

são os que mais estavam suscetíveis para o desenvolvimento de problemas de saúde mental, justamente por atuarem na maior parte do tempo lidando diretamente com pacientes críticos. O autor Pereira, et al., (2022) explica o porquê, ele informa que de 5% a 16% dos pacientes que desenvolvem a forma grave da doença requerem internação na UTI. Este cenário ocasionou um grande aumento da demanda de pacientes graves em pouco tempo, o que gerou uma tensão nos sistemas de saúde e na alta demanda de atendimentos e consequentemente vieram a influenciar o desenvolvimento de problemas de saúde mental nos profissionais da saúde.

Para Gonçalves, et al., (2023) a pandemia desencadeou grande tormento aos profissionais da saúde, em especial os que estavam na linha de frente em contato direto com pacientes contaminados. Diante do exposto, instaurou-se muitos sintomas correspondentes a estresses pós-traumáticos, etilismo, tabagismo, depressão, ansiedade e suicídio, o que teve um impacto significativo na vida profissional e pessoal destes trabalhadores. A autora Rodrigues, et al., (2023) acrescenta, informando que diante aos casos da COVID-19, os profissionais de enfermagem adquiriram responsabilidades indispensáveis no confronto a pandemia, além de suas competências técnicas, os profissionais mantiveram-se 24 horas ao lado dos pacientes e por conta disso ficaram mais suscetíveis aos impactos pandêmicos.

Em síntese, os achados evidenciam que a pandemia de COVID-19 exerceu um impacto significativo e multifatorial na saúde mental e na qualidade de vida dos profissionais de saúde, sendo os efeitos mais intensos em enfermeiros, mulheres e trabalhadores da linha de frente. Estratégias de prevenção e suporte psicossocial, políticas institucionais eficazes e medidas de proteção individual aparecem como fatores essenciais para mitigar o sofrimento e promover a resiliência dessa população. Estudos futuros devem buscar uniformização das metodologias de avaliação, além de investigar intervenções direcionadas que considerem as particularidades de cada grupo profissional e contexto cultural, visando garantir a saúde integral dos profissionais que atuam em situações de alta demanda e risco sanitário.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em virtude dos fatos mencionados, baseado na questão/problema norteadora do trabalho, é fundamental a inclusão de estratégias e intervenções para o combate e controle dos transtornos mentais nos profissionais da saúde, visto que impactam diretamente no desempenho profissional de quem atua na linha de frente e nos demais setores, ocasionando queda significativa na qualidade dos atendimentos e até mesmo na administração hospitalar. A pandemia gerou inúmeros impactos negativos na saúde mental desses trabalhadores, sejam eles psicológicos, pessoais ou sociais, sobretudo entre aqueles que atuaram nas Unidades de Terapia Intensiva (UTIs), o que contribuiu para o declínio de sua saúde, já que, devido à alta demanda de atendimentos e às longas jornadas exaustivas, muitos ficaram pressionados e desenvolveram a síndrome de Burnout. Nesse cenário, a expansão das UTIs se mostrou essencial para o atendimento de pacientes em estado crítico, aumentando as demandas hospitalares e exigindo o remanejamento e adaptação de profissionais de outros setores, que ainda enfrentaram escassez de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), falta de pessoal e o medo constante de contaminação, gerando tensão diante de uma doença desconhecida. Todos esses aspectos evidenciam que os impactos e pós-impactos da pandemia foram devastadores para os profissionais de saúde, que perderam familiares, colegas e pacientes, além de lidarem com sequelas pós-COVID-19; somado a isso, longas escalas de trabalho prejudicaram a qualidade de vida, reduzindo o tempo de sono, o convívio familiar e intensificando desgastes físicos e psicológicos. Dessa forma, este estudo busca evidenciar os impactos da pandemia e suas consequências na vida e na saúde mental desses profissionais atuantes no período.

REFERÊNCIAS

1. ANDHAVARAPU S, et al. Post-traumatic stress in healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. Psychiatry Research, 2022; 317: 114890.
2. AYMERICH C, et al. COVID-19 pandemic effects on health worker's mental health: Systematic review and meta-analysis. PLOS ONE, 2021; 16(3): 246454.

3. BOUCHER VG, et al. An umbrella review and meta-analysis of 87 meta-analyses examining healthcare workers' mental health during the COVID-19 pandemic. Journal of Affective Disorders, 2025; 375: 423–436.
4. CHAVES ISD, et al. Impacto da pandemia na saúde mental de profissionais de saúde no Brasil: uma revisão. Revista Contemporânea, 2024; 4(3): 1-21.
5. COHEN M, et al. Mental health outcomes in frontline healthcare workers in Brazil during the COVID-19 epidemic: Results of an online survey in four regions using respondent-driven sampling (RDS). Comprehensive Psychiatry, 2023; 126: 152402.
6. COIMBRA BM, et al. Moral injury and mental health among health-care workers during the COVID-19 pandemic: meta-analysis. European Journal of Psychotraumatology, 2023; 15(1): 2299659.
7. COLICHI RMB, et al. Burnout, COVID-19, apoio social e insegurança alimentar em trabalhadores da saúde. Acta Paulista de Enfermagem, 2023; 36: 393.
8. CRUZ-AUSEJO L, et al. The impact of COVID-19 pandemic on the quality of life of healthcare workers and the associated factors: A systematic review. Revista de Psiquiatria y Salud Mental, 2023; 16(1): 11–24.
9. FARIA EB, et al. O impacto da Pandemia na saúde mental de profissionais da UTI: Uma revisão da literatura brasileira. Revista Ensaios Pioneiros, 2024; 8(1): 344.
10. FKI A, et al. Post COVID-19 infection and quality of life of healthcare workers at Sahloul University Hospital of Sousse in Tunisia. Quality of Life Research, 2025; 34(4): 1059–1067.
11. GHAHRAMANI S, et al. A Systematic Review and Meta-Analysis of Burnout Among Healthcare Workers During COVID-19. Frontiers in Psychiatry, 2021; 12: 758849.
12. GONÇALVES AA, et al. Impactos psicossociais da COVID-19 em profissionais da saúde. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2023; 10(3): 12590.
13. HUANG J, et al. Mental health status and related factors influencing healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. PLOS ONE, 2024; 19(1): 289454.
14. LAN HY, et al. Determinants of quality of life in frontline healthcare providers caring for COVID-19 patients. Journal of Clinical Nursing, 2023; 32(15–16): 4988–4999.
15. LIMA KMS, et al. O impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde: uma revisão integrativa. Revista Observatório Latinoamericano, 2023; 21(8): 1-19.
16. LOUREIRO SR, et al. Progression of the COVID-19 pandemic, Brazilian healthcare workers' emotional burden and the effects on professional fulfillment at the end of the third wave: a longitudinal study. Frontiers in Psychiatry, 2023; 14: 1237123.
17. MAQSOOD MB, et al. Assessment of quality of work life (QWL) among healthcare staff of intensive care unit (ICU) and emergency unit during COVID-19 outbreak using WHOQOL-BREF. Saudi Pharmaceutical Journal, 2021; 29(11): 1348–1354.
18. NETO ARS, et al. Manifestações sintomáticas da doença causada por coronavírus (COVID-19) em adultos: revisão sistemática. SciELO Preprints, 2020.
19. PAIVA SPC, et al. Intervenções Baseadas em Mindfulness para Profissionais de Saúde na Pandemia da COVID-19: uma estratégia para redução do estresse e promoção de saúde mental. Revista Médica de Minas Gerais, 2021; 31: 31210.
20. PEREIRA JFS, et al. Para além do imaginável: experiências vividas por profissionais de saúde em UTI durante a pandemia da Covid-19. Physis: Revista de Saúde Coletiva, 2022; 33: 33063.
21. PINEDA AL, et al. Estratégias para dar apoio psicológico a profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19: o Estudo ERNST. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2022; 19(9): 5529.
22. RIDELL RJ e ORVELIUS L. Quality of life in healthcare workers during COVID-19—A longitudinal study. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2023; 20(14): 6397.
23. RODRIGUES LCSS, et al. Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos enfermeiros. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2023; 10(3): 1–15.
24. SOARES JP, et al. Fatores associados ao burnout em profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19: revisão integrativa. Saúde em Debate, 2022; 46(1): 385-398.
25. UMBETKULOVA S, et al. Mental health changes in healthcare workers during COVID-19 pandemic: a systematic review of longitudinal studies. Evaluation & the Health Professions, 2024; 47(1): 11–20.
26. ZHU H, et al. Prevalence of burnout and mental health problems among medical staff during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. BMJ Open, 2023; 13(7): 61945.