



A saúde mental dos trabalhadores de serviços essenciais não médicos durante a pandemia da Covid-19

The mental health of workers during the covid 19 pandemic

La salud mental de los trabajadores durante la pandemia del covid 19

Rege Farias Oliveira¹, Mayara Luz Souza Dos Santos², Eise Souza do Vale³, Emmanuel Santos Trindade⁴, Hubley Samuel Santana Rodrigues⁴, Christian Fricks Hernandez⁵, Gabriela Medeiros Abreu e Silva⁵, Daiane Da Costa Menezes⁶, Ivan Gilson Silva Moura¹.

RESUMO

Objetivo: Identificar a correlação entre os fatores associados ao estresse e depressão na saúde mental dos trabalhadores de serviços essenciais não médicos durante a pandemia da Covid-19. **Revisão bibliográfica:** A pandemia da Covid-19 modificou as formas de trabalho para a realização das suas tarefas, no caso, *home office*, o que denota flexibilidade de horário e funções para o andamento das atividades nas empresas e como diminuir o desemprego. No entanto, o isolamento social, trouxe impactos na questão da saúde, levantando assim várias preocupações relacionadas às condições de saúde física, que também suscitaram preocupações sobre a exacerbação de sintomas de saúde mental na população em geral, especialmente nos trabalhadores.

Considerações finais: As consequências da pandemia individual ou coletiva forma desastrosas para a saúde mental, mesmo com ou sem transtornos psiquiátricos pré-existentes. Portanto, psicólogos e psiquiatras devem atuar para reduzir os impactos negativos e promover a saúde mental durante e após a pandemia.

Palavras-chave: Trabalhadores em geral, Saúde mental, Covid-19, Estresse ocupacional, Depressão.

ABSTRACT

Objective: To identify the correlation between factors associated with stress and depression in the mental health of non-medical essential service workers during the Covid-19 pandemic. **Bibliographic review:** The Covid-19 pandemic changed the ways of working to carry out their tasks, in this case, home office, which denotes flexibility of hours and functions for the progress of activities in companies and how to reduce unemployment. However, social isolation has had impacts on the health issue, thus raising several concerns related to physical health conditions, which have also raised concerns about the exacerbation of mental health symptoms in the general population, especially in workers. **Final considerations:** The consequences of the individual or collective pandemic have been disastrous for mental health, even with or without pre-existing psychiatric disorders. Therefore, psychologists and psychiatrists must act to reduce negative impacts and promote mental health during and after the pandemic.

Keywords: Worker, Mental health, Covid-19, Occupational stress, Depression.

¹ Faculdades Santo Agostinho (FASA), Vitória Da Conquista – BA.

² Faculdade Metropolitana de Manaus (FAMETRO), Manaus – AM.

³ Universidade Positivo, Curitiba – PR.

⁴ Universidade Estadual Do Sudoeste Da Bahia (UESB), Vitória Da Conquista – BA.

⁵ Centro Universitário UniRedentor, Itaperuna – RJ.

⁶ Centro Educacional São Lucas, Porto Velho – RO.

RESUMEN

Objetivo: Identificar la correlación entre factores asociados al estrés y la depresión en la salud mental de trabajadores de servicios esenciales no médicos durante la pandemia de Covid-19. **Reseña bibliográfica:** La pandemia del Covid-19 cambió las formas de trabajar para realizar sus tareas, en este caso, home office, lo que denota flexibilidad de horarios y funciones para la marcha de las actividades en las empresas y cómo reducir el desempleo. Sin embargo, el aislamiento social ha tenido impactos en el tema de la salud, generando así varias preocupaciones relacionadas con las condiciones de salud física, que también han planteado preocupaciones sobre la exacerbación de los síntomas de salud mental en la población general, especialmente en los trabajadores. **Consideraciones finales:** Las consecuencias de la pandemia individual o colectiva han sido desastrosas para la salud mental, con o sin trastornos psiquiátricos preexistentes. Por tanto, los psicólogos y psiquiatras deben actuar para reducir los impactos negativos y promover la salud mental durante y después de la pandemia.

Palabras clave: Trabajadores en general, Salud mental, Covid-19, Estrés laboral, Depresión.

INTRODUÇÃO

O trabalho representa nada mais do que um processo pelo qual o indivíduo através das suas ações, controla e também modifica o ambiente, com o propósito de se produzir algo, ou seja, a atividade laboral do homem medeia-se de uma transformação e é subordinada a um determinado fim, no objeto sobre o qual atua por meio do instrumental de trabalho (FORTE ECN, et al., 2019).

Ao considerar as mudanças do mundo atual e globalizado, com cada vez menos fronteiras, faz parte do ser humano a necessidade de socialização, seja por expansão da economia, aquisição ou troca de qualquer forma de conhecimento, no entanto a maneira como conduzem tal necessidade pode potencializar determinadas doenças, que há séculos se restringiam às áreas geográficas limitadas, e que atualmente, é fator de atenção pela possibilidade de afetar outras populações de maneira desenfreada. (JUSTO-HENRIQUES S, 2020).

Vale ressaltar que a socialização também está atrelada às novas formas de desenvolvimento de trabalho e atuação no mercado profissional, uma vez que a manutenção do emprego depende também de colaboradores que se adaptam à realidade empresarial e se reinventam com competências que conduzem a carreiras competentes. Com a situação alarmante do surto que atingiu tanto o território brasileiro quanto o mundo, vários setores da economia sofreram com o impacto e dessa forma, grande maioria das empresas tiveram que modificar e ajustar seus processos e rotinas laborais de forma súbita (SUARDI JA, 2021).

Para os trabalhadores de serviços essenciais não médicos que estão pleno exercício profissional, tiveram que realizar algumas mudanças de forma repentina quanto as suas jornadas de trabalho, que acarretaram em uma interferência de tal maneira significativamente nos procedimentos, bem como nos meios de acesso e realização das atividades do dia a dia, especialmente com relação emprego, produtividade e ambiente em ambiente domiciliar (GUILLAND R, et al., 2022).

Com o período do isolamento social, houve impactos referentes à saúde, que são amplamente reconhecidos. A evidência de seus efeitos adversos na saúde mental é particularmente forte. Além disso, também pode provocar maior suscetibilidade às doenças infecciosas. Fora as outras preocupações relacionadas às condições referentes quanto à saúde física, a pandemia trouxe em si, perturbações acerca do agravamento dos sintomas de saúde mental na população em geral, especialmente os profissionais que sofrem em decorrência dos efeitos que estão ocorridos pela pandemia e que se encontram em situação de maior vulnerabilidade o que tange tanto fisicamente quanto psicologicamente (CRUZ RM, et al., 2020).

No entanto, vale citar sobre o impacto da pandemia na saúde mental dos trabalhadores no home office, destacar o impacto causado pela atividade laboral, em que os trabalhadores apresentaram insatisfação e também o cansaço devido às longas jornadas de trabalho, conectados em tempo integral e as exigências e demandas para as tarefas a serem executadas que podem surgir a qualquer momento (REIS AFF, 2021).

Tal fator se dá em decorrência de situações estressoras que promovem a crise social, a qual pode gerar transtornos psíquicos, os quais atingem a saúde mental dos trabalhadores. Dell'acqua G e Mezzina R (1991) salientam que, as formas de considerações sobre crise, são atreladas à forma como o corpo social compreende o que é aceitável ou não, dentro de um contexto histórico e ao considerar o que está ou não dentro dos parâmetros de normalidade ou não, inclusive como a população e o sistema de saúde responde a tais situações mencionadas.

Com relação aos problemas psíquicos, é de suma relevância ressaltar que as repercussões que foram trazidas da pandemia são maiores do que o número de óbitos, em decorrência disto há evidências de a morbimortalidade está relacionada principalmente à saúde mental, em vista às medidas do distanciamento social, pois isso contribuiu para a piora da infecção e outros problemas relacionados à Covid (NABUCO GO, et al., 2020).

Uns dos agravamentos deste cenário se dá em decorrência dos altos graus do estresse, o que apresentam uma grave ameaça quanto a bem-estar mental dos profissionais essenciais, expandindo-se as taxas de doenças como exemplos temos a ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e alguns comportamentos sociais negativos, o que pode acarretar em especial na eficácia da jornada de trabalho dos profissionais da saúde (ĆOSIĆ K, 2020).

São vários os exemplos que podem evidenciar a importância do papel da psicologia de saúde em conjunto com outros profissionais do campo da saúde na atuação em situações durante a pandemia, desenvolvendo medidas de prevenção. Na conjuntura da crise atual que foi provocada assim pela emergência e disseminação do coronavírus, os profissionais de saúde mental, são capazes de contribuir para atenuar as consequências negativas trazidas e proporcionar comportamentos adequados, colaborando assim para as populações de como deve reagir de forma adequada e também de forma eficiente, ajudando assim, os dirigentes de várias nações e também outros profissionais a comunicar de forma efetiva com o público (JUSTO-HENRIQUES S, 2020). Nesse sentido, este estudo teve como objetivo apresentar a compreensão de como os estressores e as reações aos estresses podem afetar a saúde psíquica e física dos trabalhadores de serviços não essenciais médicos.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

O trabalho representa nada mais do que um processo pelo qual o indivíduo, através das suas ações, controla e modifica o ambiente, cujo propósito é a produção de algo, ou seja, a atividade laboral do homem proporciona uma transformação por meio de um objeto e de um sistema de trabalho e é subordinada a um determinado fim (FORTE ECN, et al., 2019).

Vale citar que, as relações no trabalho estão em constante atualização e adaptação, um dos exemplos é que o profissional precisa ser proativo, ter liderança, comprometimento, responsabilidade, inteligência emocional, entre outros atributos. Assim, pode-se realizar as mais variadas formas de trabalhos em qualquer lugar, dependendo da qualificação e nível profissional do sujeito (TENÓRIO RMJ, 2021). As novas técnicas de organização e o discurso de qualidade reforçam mais ainda o destaque profissional, o que leva o sujeito laboral a intensificar mais suas atividades, reinventar-se constantemente. No entanto, esta mesma intensidade gera outros fatores como o cansaço físico e psíquico, impulsor central da produção de danos quanto à questão da saúde mental dos trabalhadores em geral (SELIGMANN-SILVA E, 2011).

É importante frisar que, a OMS traz o conceito de saúde mental como sendo uma condição de bem-estar do indivíduo, no qual o ser humano percebe as suas próprias habilidades, podendo assim, lidar com os fatores estressores do dia a dia, que pode trabalhar produtivamente e que é capaz de contribuir para sua comunidade, (GAINO LV, et al., 2018; OMS, 2017).

A partir do que foi exposto, a Síndrome de Burnout, também conhecida como a síndrome do esgotamento profissional, reconhecida hoje como uma complicação psicossocial que também pode ser causada por problemas pessoais no trabalho, afetando assim, com maior relevância os profissionais de várias áreas. (SOUZA AKS e MARIA AL, 2016).

A ocorrência dessa síndrome segundo Silveira ALP, et al. (2016) é ocasionado diante de uma combinação de fatores cujo estes são: a exaustão emocional devido a uma falta da Adenosina Trifosfato, a questão da motivação e do emocional que o indivíduo não consegue lidar com as atividades diárias e também profissionais; com relação a outro fator tem a despersonalização que trata-se de desgaste nas relações interpessoais desenvolvendo com relação ao outro uma apatia; e por fim destes fatores tem-se a baixa realização profissional que condiz com a insatisfação tanto no âmbito profissional quanto no individual.

Outro ponto a ser levado em consideração, é a depressão, que traz a sua definição considerada como um tipo de transtorno afetivo que desencadeia alterações mentais e físicas, além de distúrbios de humor, associada às queixas físicas, tristeza, sentimento de culpa entre outros. (JARDIM S, 2011).

A Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) avaliou a prevalência de casos de ansiedade e de depressão em trabalhadores essenciais nos países brasileiro e espanhol durante a pandemia da Covid-19. Segundo a pesquisa dos dados, 27,45% dos das pessoas que foram entrevistadas dos dois países apresentaram positivo para ansiedade e depressão, dentro dessa porcentagem, 91,5% corresponderam aos brasileiros e 8,4% aos espanhóis, sendo que, as mulheres foram as que mais apresentaram as patologias citadas (BONI RB, et al., 2020).

Uma outra pesquisa feita com o intuito de analisar a frequência de sentimentos negativos durante a pandemia da Covid-19 no território brasileiro mostrou que 81,4% dos entrevistados apresentaram tristeza ou deprimidos em algum momento, com uma prevalência em grande parte no sexo feminino e nas faixas etárias de 18 a 29 anos. Estes dados apontam um aumento de números de casos depressivos desde o início da pandemia, constatando o quanto os acontecimentos estão adoecendo psicologicamente as pessoas (BARROS MBA, et al., 2020).

No que diz respeito à ansiedade, trata-se de um estado de excitação do sistema nervoso, uma sensação desenfreada de pavor, uma preocupação caracterizada por informações confusas, pensamento inverso e até correria de tarefas, resultando em situações angustiantes. (PARK SC e KIM YK, 2020). Segundo os dados da OMS, a prevalência global de transtornos de ansiedade (DA) gira em torno de 3,6%. No continente americano, esse transtorno mental atinge porcentagem de 5,6% da população, e principalmente no Brasil, esses números atinge 9,3% da população, tendo mais transtornos de ansiedade do que em qualquer outro país do mundo (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017).

A pandemia da Covid-19 tornou-se uma das maiores emergências quando se refere a questão da saúde pública e também de suma importância internacional quando comparado com a dano sanitária que foi ocasionado pela gripe espanhola no período entre os anos de 1918 a 1920 ou entre outras, que comprometeu de forma significativa a capacidade dos vários países de poder administrar sua continência e os seus efeitos na comunidade em geral (NEBEHAY S, 2020).

Dessa forma, cabe associar a esses aspectos as consequências preocupantes como em prejuízos econômicos, o fechamento de escolas e também o de estabelecimentos de comércios em geral, e a utilização mais frequente de uma forma emergente que é a do teletrabalho. Não menos importante, o índice de desemprego e as perturbações políticas e sociais que são vividas em um nível global (CRUZ RM, et al., 2020). Ainda durante a pandemia, constatou-se algumas situações, como o fato de que as pessoas se afastarem do ambiente profissional e passarem a compartilhar o espaço no ambiente domiciliar com a sua família, ou seja, com um universo que, até então, era compartilhado à noite e/ou aos finais de semana (RUIZ AE, et al., 2021).

A intensificação do trabalho remoto durante o período da pandemia trouxe grandes dificuldades e também desafios tanto para as empresas quanto para os funcionários e para os seus familiares. Assim, surgiram desafios para os trabalhadores de compreender e aprender o mais depressa possível as novas tecnologias, elaborar novas maneiras de comunicar e interagir entre equipes. Já com relação à questão do convívio familiar, teve que ser conciliado com o trabalho. Desse modo, a vida pública e a privada nunca estiveram de uma forma tão interligada. A vida familiar teve que ser dividida entre o trabalho, a escola, a moradia e as atividades de lazer, tudo no mesmo ambiente (LOSEKANN RGCB, et al., 2020).

Os trabalhadores tiveram que enfrentar muitas situações com as novas adaptações. Segundo o autor Chiavenato I (2021), existem dois tipos de fontes principais de estresse no trabalho: ambiental e pessoal. As causas ambientais incluem muitos fatores externos e contextuais que podem contribuir para o estresse ocupacional. Já as de causas pessoais incluem várias características pessoais que contribuem para o estresse. Na mesma situação, cada pessoa responde de maneira diferente aos fatores ambientais estressantes.

Os trabalhadores de serviços essenciais não-médicos estão suscetíveis aos maiores riscos de adquirir doenças psiquiátricas crônicas, pois muitos desses trabalhadores se veem em uma situação de vulnerabilidade social e por isso não podem deixar de exercer sua função. Adoecem, inclusive mais que os profissionais de saúde. Tal situação ocorreu em função do primeiro grupo possuir menos apoio, em todos os sentidos, que o segundo grupo. (DEPIERRO J, et al., 2020).

Em suma, o maior período de tempo diário de uma pessoa que é ativa, social e economicamente, é diretamente dedicado ao mundo do seu trabalho, ao ambiente de jornada de trabalho e às pessoas com quem tem vínculo laboral. Os afazeres que são capazes de serem realizados e possuem uma força fantástica de formatação da sua identidade social e psicológica. O isolamento social imposto por causa da Covid-19 levou muitos a se desfazerem desse tipo de relação. O resultado disso foi o acúmulo de atividades e o trabalho desmoralizado (RUIZ AE, et al., 2021).

Com essas modificações sociais, as condições de trabalho de forma estressora, a discriminação de gênero, a exclusão social, a mudança do estilo de vida sendo não saudável, a violência e a transgressão dos direitos humanos, foram alguns pontos negativos que podem assim acarretar e influenciar principalmente a construção da saúde mental e bem-estar do indivíduo (SANTOS MFR E OLIVEIRA MEF, 2020).

As evidências de que há transtornos mentais no Brasil, mesmo antes do período da pandemia do coronavírus já eram preocupantes, mas com o período da Covid-19 o alto índice fez do Brasil o país estar em primeiro lugar, quando se trata no predomínio de pessoas com diagnóstico de ansiedade e ainda o quinto lugar com diagnóstico de depressão (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2017). Diante disso, estima-se que há entre um terço e metade da população em contato com uma epidemia pode ser acometido por algum tipo de doença com manifestação psicopatológica, revelando-se de acordo com a força do evento e o estado de susceptibilidade social, o período e a efetividade das ações de órgãos governamentais no contexto social ao longo da pandemia da COVID-19 (FIOCRUZ, 2020b).

Diante das consequências do isolamento social, um dos principais gatilhos para o desenvolvimento do estresse, é a perda da sensação de liberdade de poder ir e vir, a negação da gravidade da doença e o desconhecimento automático de comportamentos problemáticos devido às suas atitudes e a relevância do distanciamento social (BROOKS SK, et al., 2020). A essa situação não poderia produzir nada diferente do que se tem visto, cada vez mais casos de pessoas estressadas, irritadas, com dificuldades de dormir, com problemas de relacionamento ou de coexistência com o cônjuge e com seus os filhos, e ainda, pessoas com altos níveis de ansiedade e, algumas, com pânico, com tristeza profunda e depressão (RUIZ AE, et al., 2021).

Relativamente a isso, Kozyreff AM e Bega MF (2020) citam que os casos de estresses no período da pandemia, os quais estão associados muitas vezes à questão do medo de se contaminar e também aos seus familiares, e a dúvida com relação à identificação dos sintomas e não o suportar fisicamente, assim como o medo da perda financeira. Uma vez que há incerteza de muitas questões em meio a uma pandemia, a probabilidade do aumento de insônia, ansiedade e depressão será significativa, além disso, as consequências são: complicações mais severas no quadro da saúde tanto física, quanto mental e seu agravamento pode levar um indivíduo ao suicídio. (WANG J, et al., 2020).

É relevante acrescentar ainda que, a população brasileira atualmente sofre com os impactos psicológicos e sociais em seus vários graus de intensidade e também de gravidade, entre elas estão excessivas reações comportamentais, culpa, medo, insônia, raiva, entre outros. Além disso, outros transtornos podem surgir como Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT (FIOCRUZ, 2020a).

Sendo assim, tais situações que perdurem por um longo período, podem interferir na qualidade de vida, o que pode gerar mudanças e sintomas emocionais, os quais, como consequência levam ao aumento de disfunções fisiológicas, dentre eles o da imunidade, a do aprendizado e da memória, expondo esse profissional à maiores chances de ter uma doença (WU K e WEI X, 2020). Assim, os indícios físicos ligados com a Covid-19 podem ser apresentados de várias formas, sendo do tipo branda ou de forma mais severa, destacando-se assim, a ansiedade (28,8%), depressão (16,5%) e estresse (8,1%) respectivamente (SCHMIDT B, et al., 2020).

Dentro deste contexto, além da identificação de os sinais e sintomas prontamente associados a transtornos psiquiátricos, é de suma importância pensar em formas de estratégias para a prevenção e promoção à saúde mental dos profissionais que atuam no combate a COVID-19, haja vista que, ao estar na linha de frente, eles são essenciais para manter a funcionalidade do sistema de saúde (PETZOLD MB, et al., 2020) e, consequentemente, combater a pandemia.

Em relação às medidas de promoção à saúde mental, a atuação dos profissionais da área é reconhecida como um fator importante para o cuidado e tratamento daqueles que estão sofrendo com os impactos da pandemia (NASCIMENTO RB, 2021). Dentre essas medidas de promoção, segundo Blake H (2020) e Petzold M, et al. (2020) devem fornecer apoio psicológico aos profissionais de saúde, visando assim facilitar a expressão emocional, proporcionando um aumento significativo do bem-estar psicológico dos trabalhadores expostos a Covid-19.

O principal exercício da psicologia em tempos como está atualmente, é de suma essencial, assim os profissionais desta área necessitam estar bem capacitados para poder lidar com as demandas emergentes surgidas, criar estratégias de forma criativas e também satisfatórias para o combate de casos com distúrbio mental, na contribuição com o enfrentamento da atual crise que perpassa na população em geral (VIEIRA MF, et al., 2021).

Sobre a posição particularizada da área da psiquiatria, é vista uma figura como variável que deve a cada momento ser considerada na busca por um grupo de trabalho de forma efetivamente interdisciplinar. Se, por um lado, a atuação dos psiquiatras deve estar sempre aberta com a questão de diálogo com os demais profissionais, por outro deve reconhecer as diferenças de poder e do status entre as disciplinas, é o primeiro passo para poder manejar assim as assimetrias que há, de modo que favoreça o cuidado ao indivíduo (VASCONCELLOS VC, 2010).

Psicólogos e psiquiatras também precisam estar na linha de frente das equipes de saúde que zelam dos pacientes envolvidos na COVID-19, e para isso é de suma importância desenvolver maneiras de abordagem de atendimento emergencial conforme às demandas existentes em saúde mental. No âmbito do exercício, serviços como os de emergência psiquiátricos e os de plantões psicológicos compõem-se de espaços para a escuta, a receptividade e a atenuação de possíveis sintomas e, apesar de recorrerem a metodologias existentes de atendimento típicas, não são baseados em protocolos específicos de atendimento (ZWIELEWSKI G, et al., 2020).

Com a utilização de alguns tipos de habilidades terapêuticas, podem ser utilizadas na prática do dia a dia dos indivíduos para que possam assim, reduzir os sintomas ansiosos e depressivos de forma paulatinamente (SANTOS MFR E OLIVEIRA MEF, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As consequências da pandemia, tanto individuais quanto coletivas, são devastadoras para a saúde mental, haja vista ou não histórico de transtornos mentais, exacerbando sintomas. Assim, observar que os resultados reforçam mais a necessidade de criar estratégias para a preservação da saúde mental dos trabalhadores, uma vez que estes estão entre os mais expostos aos riscos não apenas de contágio como também de dores relacionadas ao lado emocional, destacando quando essas ações podem proporcionar benefícios à população, podendo ter uma diminuição considerável quanto às repercussões das complicações emocionais. Dessa maneira, ressalta-se a importância do estudo sobre a saúde mental dos atuantes no mercado formal ou informal de trabalho e que profissionais da área da saúde considerem a necessidade de intervenções de forma adequada e eficiente para indivíduos com transtornos mentais.

REFERÊNCIAS

1. ALVES R, et al. Atualidades sobre a psicologia da saúde e a realidade brasileira. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2017; 18(2): 545 - 555.
2. BARROS MBA, et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2020; 29(4): 1-7.
3. BLAKE H, et al. Mitigating the Psychological Impact of COVID-19 on Healthcare Workers: A Digital Learning Package. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 2020; 17(9): 2997.
4. BONI RB, et al. Depressão, ansiedade e estilo de vida entre trabalhadores essenciais: uma pesquisa na web do Brasil e da Espanha durante a pandemia do COVID-19. *Journal of Medical Internet Research*, 2020; 22(10): e22835.
5. BROOKS SK et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet Infect Dis*, 2020; 395(10227): 912–920.
6. CHIAVENATO I. Comportamento organizacional: a dinâmica do sucesso das organizações, São Paulo; Atlas, 2021.
7. ČOSIĆ K, et al. Impacto dos desastres humanos e da pandemia de COVID-19 na saúde mental: potencial da psiquiatria digital. *Psiquiatria Danubina*, 2020; 32(1): 25-31.
8. CRUZ RM, et al. Covid-19: emergência e impactos na saúde e no trabalho. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 2020; 20(2): I-III.
9. DELL'ACQUA G e MEZZINA R. Resposta à crise. In: *A loucura na sala de jantar*, São Paulo: Resenha, 1991; 53-79.
10. DEPIERRO J, et al. Lessons learned from 9/11: Mental health perspectives on the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Res*, 2020; 288: 113024.
11. FIOCRUZ. Cartilha Saúde Mental e Atenção Psicossocial, 2020a. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/documento/cartilha-saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19>. Acessado em: 26 de setembro de 2022.
12. FIOCRUZ. Cartilha Saúde Mental e Atenção Psicossocial Recomendações para Gestores, 2020b. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/documento/saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19-recomendacoes-para-gestores>. Acessado em: 26 de setembro de 2022.
13. FORTE ECN, et al. Processo de trabalho: fundamentação para compreender os erros de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem*, 2019; 53.
14. GAINO LV, et.al. Conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas*, 2018; 14: 2.
15. GUILLAND R, et al. Prevalência de sintomas de depressão e ansiedade em trabalhadores durante a pandemia da Covid-19. *Trabalho, Educação e Saúde*, 2022; 20.
16. JARDIM S. Depressão e trabalho: Ruptura de Laço Social. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, 2011; 36: 84-92.
17. JUSTO-HENRIQUES S. Contributo da psicologia da saúde na promoção de comportamentos salutogênicos em pandemia. *Psicologia, saúde & doenças*, 2020; 21(2): 297-310.
18. KOZYREFF AM e BEGA MF. A garantia da saúde mental do trabalhador como eficácia do direito fundamental do trabalho em tempo de pandemia. *Revista do Tribunal Superior do Trabalho*, 2020; 86: 3.
19. LOSEKANN RGCB e MOURÃO HC. Desafios do teletrabalho na pandemia covid-19: quando o home vira office challenges for workers in the covid-19 outbreak: when home turns office, 2020.
20. MACHADO PGB e PORTO-MARTINS PC. Condições organizacionais enquanto terceiras variáveis entre burnout e engagement. *Diaphora*, 2015; 13(1): 35-44.
21. NABUCO G, et al. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, 2020; 15(42): 2532-2532.
22. NASCIMENTO RB, et al. Estratégias de enfrentamento para manutenção da saúde mental do trabalhador em tempos de Covid-19: Uma Revisão Integrativa. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 2021; 10(1): 181-197.

23. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS). 2017. Disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>. Acessado em: 23 de março de 2023.
24. PARK SC e KIM YK. Anxiety Disorders in the DSM-5: Changes, Controversies, and Future Directions. *Adv Exp Med Biol*, 2020; 1191: 187-196.
25. PETZOLD M, et al. Umgang mit psychischer Belastung bei Gesundheitsfachkräften im Rahmen der Covid-19-Pandemie. *Nervenarzt*, 2020; 91(5): 417-421.
26. RUIZ AE, et al. Condições de trabalho x enfrentamento do coronavírus: pesquisa de comportamento entre os trabalhadores de uma clínica de saúde. *Conhecimento Interativo*, 2021; 15: 2.
27. SANTOS MFR e OLIVEIRA MEF. Saúde Mental em tempos de Covid-19: a importância do atendimento psicológico remoto. *Revista Transformar*, 2020; 14(2): 76-90.
28. SCHMIDT B, et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (campinas)*, 2020; 37.
29. SILVEIRA ALP, et al. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. *Rev. Brasileira de Medicina do Trabalho*, 2018; 14(3): 275-84.
30. SOUZA AKS e MARIA AL. Síndrome de Burnout em diferentes áreas profissionais e seus efeitos. *Revista Acta Brasileira do Movimento Humano*, 2016; 6(3): 1-12.
31. TENÓRIO RJM. A saúde mental e ergonômica no trabalho remoto no pós-pandemia. *Revista Espaço Acadêmico*, 2021; 20.
32. VASCONCELLOS VC. Trabalho em equipe na saúde mental: o desafio interdisciplinar em um CAPS. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 2010; 6(1): 1-22.
33. VIEIRA MF, et al. O Papel da Psicologia Frente à Pandemia do Covid 19. *Revista em Saúde*, 2021; 2(1): 1-23.
34. WANG J. The Psychological Impact of COVID-19 on Chinese Individuals. *Yonsei Med J*, 2020; 61(5): 438-440.
35. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Depression and other common mental disorders. 2020. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?ua=>. Acessado em: 19 de setembro de 2022.
36. WU K e WEI X. Analysis of psychological and sleep status and exercise rehabilitation of front-line clinical staff in the fight against COVID-19 in China. *Medical science monitor basic resear*, 2020; 26: e924085-1.
37. ZWIELEWSKI G, et al. Protocolos para tratamento psicológico em pandemias: as demandas em saúde mental produzidas pela COVID-19. *Debates em psiquiatria*, 2020; 10(2): 30-37.