



## Impactos da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos enfermeiros

Impacts of the Covid-19 pandemic on the mental health of nurses

Impactos de la pandemia de Covid-19 en la salud mental de las enfermeras

Lara Caroliny Soares da Silva Rodrigues<sup>1</sup>, Esmeraldo Pereira de Carvalho Neto<sup>1</sup>, Letycia Gabrielly de Porto Oliveira<sup>1</sup>, Ludmila Borges Santos Amorim<sup>1</sup>, Viviane Rodrigues Tavares<sup>1</sup>, Juliana Barbosa Magalhães Monini<sup>1</sup>, Xisto Sena Passos<sup>1</sup>, Priscilla dos Santos Junqueira Nunes<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Analisar as principais consequências causadas na saúde mental dos profissionais de enfermagem no enfrentamento da Covid-19. **Métodos:** Revisão integrativa, seguindo as recomendações do PRISMA, a estratégia PECo, utilizando as seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e National Center for Biotechnology Information (NCBI). Foi selecionado os descritores “infecções por coronavírus”, “Covid-19”, “saúde mental”, “enfermagem” e “enfermeiros”, que posteriormente foram mesclados com os booleanos “AND” e “OR”. Foram incluídas 13 publicações, nas quais foram discutidas a partir das categorias: 1) As consequências psicofísicas e os fatores que podem ter comprometido a saúde mental dos profissionais ocasionados da pandemia; 2) As possíveis soluções para a promoção e prevenção da saúde mental do enfermeiro na assistência. **Resultados:** Os principais achados nos artigos referentes a categoria 1 foram: estresse, ansiedade, depressão, isolamento forçado, falta de EPI, intensa e constante responsabilidade; na 2 as possíveis soluções encontradas foram: autocuidado, educação continuada, intervenção psicológica, relação familiar, resiliência, suporte das políticas governamentais e a valorização profissional. **Considerações finais:** Os achados constataram fatores e consequências prejudiciais prevalentes desse período, evidenciando o aumento do sofrimento mental dos profissionais enfermeiros.

**Palavras-chave:** Infecções por coronavírus, Covid-19, Saúde mental, Enfermagem, Enfermeiros.

### ABSTRACT

**Objective:** To analyze the main consequences caused in the mental health of nursing professionals in coping with Covid-19. **Methods:** Integrative review was carried out, following the recommendations of PRISMA, the PECo strategy, using the following databases: Virtual Health Library (VHL), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel (CAPES) and the National Center for Biotechnology Information (NCBI). The descriptors “coronavirus infections”, “Covid-19”, “mental health”, “nursing” and “nurses” were selected, which were later merged with the Booleans “AND” and “OR”. Thirteen publications were included, in which the following categories were discussed: 1) The psychophysical consequences and factors that may have compromised the mental health of professionals caused by the pandemic; 2) Possible solutions for the promotion and prevention of nurses’ mental health in care. **Results:** The main findings in the articles referring to category on are: stress, anxiety, depression, forced isolation, lack of PPE, intense and constant responsibility; In two the possible solutions found were: self-care, continuing education, psychological intervention, family relationship, resilience, support of government policies and professional development. **Final considerations:** The findings found prevalence

<sup>1</sup>Universidade Paulista (UNIP), Goiânia – GO.

harmful factors and consequences during this period, evidencing the increase in the mental suffering of professional nurses.

**Keywords:** Coronavirus infections, Covid-19, Mental health, Nursing, Nurses.

---

## RESUMEN

**Objetivo:** Analizar las principales consecuencias provocadas en la salud mental de los profesionales de enfermería en el enfrentamiento a la Covid-19. **Métodos:** Revisión integradora, siguiendo las recomendaciones de PRISMA, la estrategia PECO, utilizando las siguientes bases de datos: Biblioteca Virtual en Salud (BVS), Biblioteca Científica Electrónica em Línea (SciELO), Coordinación para el Perfeccionamiento del Personal de Educación Superior (CAPES) y Centro Nacional de Información Biotecnológica (NCBI). Se seleccionaron los descriptores “infecciones por coronavirus”, “Covid-19”, “salud mental”, “enfermería” y “enfermeras”, que luego se fusionaron con los booleanos “Y” y “O”. Se incluyeron trece publicaciones, en las que se discutieron las siguientes categorías: 1) Las consecuencias psicofísicas y los factores que pueden haber comprometido la salud mental de los profesionales provocados por la pandemia; 2) Posibles soluciones para la promoción y prevención de la salud mental del enfermero en el cuidado. **Resultados:** Los principales hallazgos en los artículos referentes a la categoría uno fue: estrés, ansiedad, depresión, aislamiento forzado, falta de EPP, responsabilidad intensa y constante; En la categoría dos las soluciones fueron: autocuidado, educación continua, intervención psicológica, relaciones familiares, resiliencia, apoyo a las políticas gubernamentales y desarrollo profesional. **Consideraciones finales:** Los hallazgos encontraron prevalencia de factores nocivos y consecuencias en este período, evidenciando el aumento del sufrimiento psíquico de los profesionales de enfermería.

**Palabras clave:** Infecciones por coronavirus, Covid-19, Salud mental, Enfermería, Enfermeros.

---

## INTRODUÇÃO

Com o surgimento da pandemia gerada pelo novo coronavírus (Covid-19 – Corona Vírus Disease-19) a recente situação da saúde mundial encontra-se sensibilizada Luz EM, et al. (2020), levando a Organização Mundial de Saúde (OMS) em 30 de janeiro de 2020 a definir o surto da doença como a 6ª Emergência de Saúde Pública, sendo o mais alto nível de alerta da OMS (BRASIL, 2020; OLIVEIRA LM, et al., 2021).

Segundo o Ministério da Saúde ocorreram 699.634 óbitos da população em geral no Brasil entre os anos de 2020 até o dia 17 de março de 2023 Saúde M (2023), destes, conforme o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), mais de 4.500 casos óbitos ocorreram com os profissionais da área de enfermagem que estavam na linha de frente lidando com a COVID-19, tais como: enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem (BORI A, et al., 2022).

Os profissionais de saúde, em especial os enfermeiros, expostos à doença COVID-19, sofreram repercussões negativas na saúde mental relacionados ao contexto de trabalho (MIRANDA FB, et al., 2021a). Dessa forma, profissionais de saúde são, especialmente vulneráveis a problemas de saúde mental, incluindo medo, ansiedade, depressão, insônia e síndromes como Burnout principalmente após a COVID-19 (SANTOS KM, et al., 2021).

Frente aos casos da COVID-19 os profissionais de enfermagem obtiveram incumbências primordiais no confronto a pandemia e integrando a maior classe profissional da área, além da sua habilidade técnica, permaneceram 24 horas ao lado dos clientes e com isso estiveram mais susceptíveis aos possíveis impactos pandêmicos (SOUZA LP, 2020).

E, diante a circunstância de intensos desafios na perspectiva de saúde, perante a manifestação de atuais variantes, flexibilidade das precauções e o alastramento do vírus a enfermagem viveu o impacto emocional (ACIOLI DM, et al., 2022). Várias imposições marcaram as atividades desenvolvidas por esses profissionais, sendo submetidos a lidarem com mortes, aflição, algias e outros sofrimentos (ACIOLI DM, et al., 2022).

A avaliação de tais condições corrobora para que tanto as instituições de saúde como as equipes de enfermagem possam identificar, exemplificar e implementar estratégias de enfrentamento nas dimensões de promoção, tratamento e reabilitação mental do profissional de enfermagem (MIRANDA FB, et al., 2021a). Assim, o objetivo deste estudo foi analisar os principais impactos causados na saúde mental dos profissionais de enfermagem no enfrentamento da Covid-19.

## MÉTODOS

Este estudo estabeleceu-se a partir de uma revisão integrativa da literatura (RIL), classificada como mecanismo da Prática Baseada em Evidência e determinada por uma abordagem direcionada ao cuidado clínico e ao ensino respaldado na qualidade da evidência Ghezzi JF, et al. (2021), seguindo as recomendações do *Preferred Reporting Items for Systemic Reviews and Meta-Analyses* (MOHER D, et al., 2015). Para a elaboração da revisão sucedeu em seis etapas interligadas descritas abaixo (GHEZZI JF, et al., 2021).

A primeira etapa constituiu a pergunta norteadora, para a definição da pergunta foi utilizado a estratégia Latorraca COC, et al. (2019), no qual os acrônimos são definidos da seguinte forma: População (P): profissionais da enfermagem, incluindo enfermeiros, técnicos de enfermagem e auxiliares; Exposição (E): os transtornos gerados na saúde mental destes profissionais devido o trabalho durante a pandemia; Comparação (C): não se aplica; Desfecho (O): os fatores de risco da saúde mental dos profissionais. Assim, a pergunta norteadora foi definida como: Como a pandemia da covid-19 impactou na saúde mental dos profissionais de enfermagem?

Na segunda etapa foi a definição das bases de dados que seriam realizadas as buscas e a enumeração dos critérios de inclusão e exclusão, que foram estabelecidos da seguinte forma: critérios de inclusão foram utilizados estudos primários, publicados em bases nacionais e internacionais, eletronicamente e na íntegra, no período de janeiro 2021 a janeiro de 2023, publicados nas línguas inglesas e portuguesas e com amostra constituída por profissionais da enfermagem que trabalharam durante a pandemia do covid-19. Foram excluídos estudos duplicados, artigos de revisão bibliográfica, artigo de revisão integrativa, livros, teses, dissertações, monografias, manuais, trabalhos de conclusão de curso, editoriais, artigos que não apresentam metodologia definida e que não contribuam com informações satisfatórias sobre o tema abordado.

A coleta de dados foi realizada entre dezembro de 2022 e fevereiro de 2023 no site da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), no site da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e PubMed (Sistema de pesquisa bibliográfica desenvolvido pelo *National Center for Biotechnology Information* (NCBI) e divisão: *National Library of Medicine, USA – NLM*).

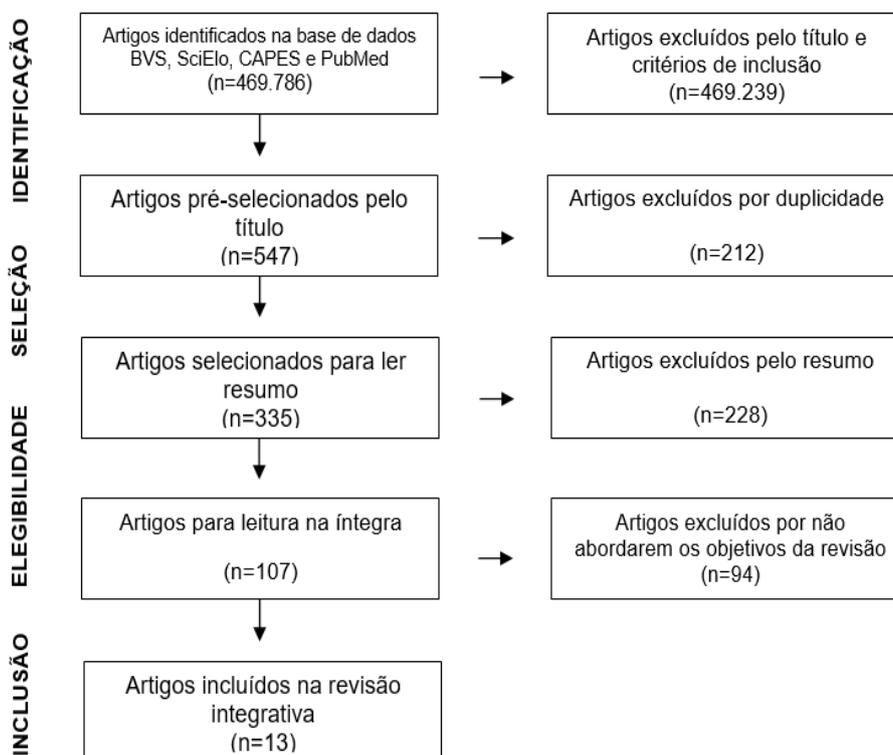
A pesquisa foi alcançada a partir dos seguintes descritores que foram estabelecidos pelos Descritores de Saúde (DeCs): Infecções por Coronavírus, Covid-19, Saúde Mental, Enfermagem e Enfermeiros; e no Medical Subject Headings (*MeSH*) os descritores: Coronavirus Infections, Covid-19, Mental Health, Nursing e Nurses. Foram utilizados os booleanos AND e OR, sendo mesclados com todos os descritores para alcançar todas as combinações possíveis.

A terceira etapa constituiu em extrair dados dos artigos selecionados, assegurando que a totalidade dos dados relevantes seja extraída, minimizando o risco de erros na transcrição, garantir precisão na checagem das informações e servir como registro.

Para iniciar a extração dos dados dos artigos foi realizado uma análise minuciosa de quais artigos deveriam ser incluídos na revisão, a coleta de dados foi realizada por três pesquisadores isoladamente, sendo realizada a partir da leitura dos títulos, resumos e leitura na íntegra das publicações. Inicialmente, na BVS foram encontradas 410.523 referências, na SciELO 1.533, na CAPES 1.075 e na PubMed 56.655, totalizando 469.786 artigos. Após analisado se os artigos eram relacionados ao tema ou se enquadravam nos critérios de inclusão 469.239 foram excluídos. Os 547 selecionados foram encaminhados para a análise

do título, 212 eliminados por duplicidade, 335 elegidos para a leitura do resumo, 228 foram excluídos após a leitura do resumo e 107 artigos encaminhados para a leitura na íntegra, 94 artigos foram excluídos por não abordarem o objetivo do trabalho e 13 publicações foram incluídas para compor a amostra desta revisão, conforme descrito no fluxograma as etapas de seleção dos artigos (**Figura 1**).

**Figura 1 – Fluxograma de seleção de estudos.**



Fonte: Rodrigues LCSS, et al., 2023.

A quarta etapa foi a análise crítica dos estudos incluídos que focaliza sistemas de classificação de evidências caracterizados de forma hierárquica. Assim, após a inclusão das 13 referências obtidas, procedeu-se a releitura dos textos na íntegra, o que permitiu estruturar os principais achados de acordo com as categorias focadas no estudo. As duas categorias temáticas definidas foram: 1) As consequências psicofísicas e os fatores que podem ter comprometido a saúde mental dos profissionais ocasionados da pandemia; 2) As possíveis soluções para a promoção e prevenção da saúde mental do enfermeiro na assistência. Efetuando uma análise qualitativa e descritiva realizada a partir da elaboração de quadros e figuras utilizando o Word 2019.

Na quinta etapa foi realizada a discussão dos achados a partir da interpretação e síntese dos resultados, comparam-se os dados evidenciados na análise dos artigos ao referencial teórico. E na sexta etapa a apresentação da revisão integrativa, de forma clara e completa para permitir ao leitor avaliar criticamente os resultados.

## RESULTADOS

Das 13 publicações incluídas no estudo temos que 69,2% (n=9) são escritas na língua portuguesa e 30,8% (n=4) na língua inglesa, conforme descrito na **Tabela 1**. Respectivo as publicações por ano, 2021 foi identificado 4 (30,8%) publicações, em 2022 equivaleu a 7 (53,8%) e 2023 correspondeu a 2 (15,4%) do total de artigos publicados, conforme descrito na **Tabela 2**.

Com referência às revistas, foram verificados 2 (15,4%) artigos publicados em cada uma das revistas a seguir: Revista Latino-Americana de Enfermagem (RLAE), Escola Anna Nery Revista de Enfermagem (ESC

Anna Nery) e International Journal of Mental Health Nursing, totalizando 6 (46,2%) artigos. E em sete revistas foram achados apenas 1 (7,7%) artigo em cada periódico, sendo: Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein (Einstein), Acta Paulista de Enfermagem, International Journal off Nursing Practice, Frontiers in Public Health (Frontiers), Jornal Brasileiro de Psiquiatria, Revista Brasileira de Saúde Ocupacional (RBSO) e Revista da Escola de Enfermagem da USP, correspondendo a 7 (53,8%) do total de artigos referente ao tema, conforme descritos na **Tabela 3**.

**Tabela 1** – Publicações relacionadas ao idioma.

Língua	Número de publicações	Percentual (%)
Português	9	69,2
Inglês	4	30,8
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100</b>

Fonte: Rodrigues LCSS, et al., 2023.

**Tabela 2** – Número de artigos publicados por ano.

Ano	Número de publicações	Percentual (%)
2021	4	30,8
2022	7	53,8
2023	2	15,4
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100</b>

Fonte: Rodrigues LCSS, et al., 2023.

**Tabela 3** – Número de artigos publicados por revista.

Revistas	Número de publicações	Percentual (%)
Revista Latino-Americana de Enfermagem (RLAE)	2	15,4
Escola Anna Nery Revista de Enfermagem (ESC Anna Nery)	2	15,4
International Journal of Mental Health Nursing	2	15,4
Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein (Einstein)	1	7,7
Acta Paulista de Enfermagem	1	7,7
International Journal off Nursing Practice	1	7,7
Frontiers in Public Health (Frontiers)	1	7,7
Jornal Brasileiro de Psiquiatria	1	7,7
Revista Brasileira de Saúde Ocupacional (RBSO)	1	7,7
Revista da Escola de Enfermagem da USP	1	7,7
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100</b>

Fonte: Rodrigues LCSS, et al., 2023.

Na categoria 1: As consequências psicofísicas e os fatores que podem ter comprometido a saúde mental dos profissionais ocasionados da pandemia; os principais achados nos artigos foram: Síndrome de Burnout, desgaste psíquico, medo, depressão, ansiedade, exaustão física e emocional e baixa realização profissional, falta de EPI, carga horária excessiva, descanso reduzido, alta demanda de pacientes, falta de leitos, lidar com intensa e constante responsabilidade na resolução de problemas e exposição de risco ao vírus. Já na categoria 2: As possíveis soluções para a promoção e prevenção da saúde mental do enfermeiro na assistência, observou-se: necessidade de autocuidado por parte dos profissionais, realização de educação continuada para toda a equipe, consultoria especializada para equipes, necessidade de manter as relações familiares preservadas, participação da política governamental para a disponibilização de recursos, verbas e materiais e a valorização profissional no financeiro e pela população.

No **Quadro 1**, encontra-se representado os artigos incluídos no estudo, através de uma síntese temática abordando os autores, ano de publicação, título, a revista publicada e os principais resultados dos artigos.

**Quadro 1** – Apresentação dos 13 artigos incluídos no estudo referente a autores, ano de publicação, título, revista publicada e os principais resultados.

Autor / Ano	Revista	Principais resultados
Ampos; O, et al. (2023)	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Acréscimo de sobrecarga aos profissionais, devido as mudanças necessárias e inevitáveis para o enfrentamento da pandemia, a preocupação constante pela possibilidade de ações incorretas pelo aumento nas demandas de trabalho.
Ampos; V, et al. (2023)	Escola Anna Nery Revista de Enfermagem	Exaustão emocional e seu impacto no trabalho nas unidades dedicadas e não dedicadas a covid-19 e estratégias de enfrentamento utilizadas quanto autocuidado, lazer, atividade física e espiritualidade.
Centenaro AP, et al. (2022)	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Adoecimento mental, precarização das condições de trabalho, baixa remuneração, sobrecarga psíquica relacionada às responsabilidades no cuidado e processo de trabalho nas unidades e falta de suporte psicológico.
Galon T, et al. (2022)	Revista Brasileira de Saúde Ocupacional	Condição de trabalho e saúde precária, aumento da sobrecarga laboral, falta de equipamentos de proteção individual e de recursos materiais para a assistência, escassez de profissionais e desvalorização da categoria.
Horta RL, et al. (2021)	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	Exaustão e transtornos mentais, dificuldade de manter a atenção e dedicação nas atividades, cargas horárias excessivas e indicações de cuidados com a equipe com repouso, intervalos com escalas diferenciadas e apoio emocional aos profissionais.
Kangarlou MB, et al. (2022)	Frontiers in Public Health	Este estudo mostra que os enfermeiros são suscetíveis ao Burnout devido a carga de trabalho, pressão ambiental e caos que enfrentam. Evidenciou-se um estado emocional de esgotamento e exaustão, aumento da distância emocional da profissão e eficácia profissional reduzida.
Maideen AA, et al. (2022)	International Journal of Mental Health Nursing	Os resultados do estudo trazem consequência como um alto nível de estresse, medo e ansiedade dos profissionais durante o aumento de casos de Covid-19. Fatores que contribuíram: desconforto de usar EPI, aumento de carga de trabalho, redução de período de descanso e ser estigmatizado. A gestão do autocuidado foi a mais utilizada para superar a angústia.
Murat M, et al. (2021)	International Journal of Mental Health Nursing	Evidenciou-se os principais achados: o estresse dos enfermeiros, o nível alto de Burnout, nível de depressão considerado leve/moderado durante a pandemia.
Ribeiro AA, et al. (2022)	Acta Paulista de Enfermagem	Profissionais inseguras, disponibilização inadequadas de EPI's, sobrecarga de trabalho devido escassez de profissional, desvalorização profissional, falta de cuidado com a saúde mental das enfermeiras.
Sabei SD, et al. (2022)	International Journal of Nursing Practice	Através de uma pesquisa em formato de questionário online com enfermeiros de determinados hospitais, apresentou: níveis elevados de Síndrome de Burnout, ansiedade devido à falta de conhecimento, também pela demanda e recursos de trabalho.
Santos KM, et al. (2021)	Escola Anna Nery Revista de Enfermagem	Aumento da predisposição a síndrome de Burnout, prevalência de sintomas de ansiedade e depressão correlacionado ao medo do COVID-19, a adoção do distanciamento social que impactou alterando na forma como as pessoas se relaciona agravando os sintomas.
Silva-Junior JS, et al. (2021)	Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein	Jornada de trabalho extensa, diagnósticos frequentes de incapacidade laborativa por doenças psiquiátricas, alta exigência e nível de demandas, duas vezes maior as chances de sofrimento mental entre o sexo feminino do que o masculino, aumento de casos depressivos e ansiosos, falta de EPI's, baixo apoio social.
Vieira LS, et al. (2022)	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Altos níveis de desgaste emocional e despersonalização, justificados pela alta carga de trabalho, o ambiente de trabalho das unidades de terapia intensiva exigindo do profissional conhecimento técnico e específico, raciocínio e equilíbrio emocional para enfrentar as diversidades.

Fonte: Rodrigues LCSS, et al., 2023.

## DISCUSSÃO

### **Categoria 1: As consequências psicofísicas e os fatores que podem ter comprometido a saúde mental dos profissionais ocasionados da pandemia**

Diante das adversidades impostas e vivenciadas durante a pandemia COVID-19, os enfermeiros tiveram como uma grande consequência o sofrimento mental. De acordo com os estudos, esse sofrimento de forma prevalentemente se manifestou através da ansiedade, estresse, depressão, exaustão e insônia (AMPOS; O, et al. e AMPOS; V, et al., 2023; GALON T, et al.; KANGARLOU MB, et al.; RIBEIRO AA, et al., Sabei SD, et

al., VIEIRA LS, et al., 2022; HORTA RL, et al.; SANTOS KM, et al. e SILVA-JUNIOR JS, et al., 2021). Além desses sofrimentos, autores trouxeram em questão como consequência a presença de Síndrome de Burnout em atuantes da enfermagem (HORTA RL, et al.; MURAT M, et al.; SANTOS KM, et al., 2021; KANGARLOU MB, et al.; Sabei SD, et al. e VIEIRA LS, et al., 2022). Diversos fatores estiveram relacionados diretamente com os determinados danos. No **Quadro 2**, foram apresentados os quantitativos das consequências mais prevalentes nos artigos incluídos no estudo.

**Quadro 2** – Identificação das principais consequências psicofísicas, o quantitativo citado nos periódicos, autores encontrados e a porcentagem.

Consequências psicofísicas	Quantitativo	Porcentagem (%)	Autores dos artigos
Exaustão	11	84,6	Ampos; O, et al. e Ampos; V, et al. (2023); Galon T, et al.; Kangarlou MB, et al.; Maideen AA, et al.; Ribeiro AA, et al.; Sabei SD, et al.; Vieira LS, et al. (2022); Horta RL, et al.; Murat M, et al.; Santos KM, et al. (2021).
Estresse	11	84,6	Ampos; O, et al. (2023); Centenaro AP, et al.; Galon T, et al.; Kangarlou MB, et al.; Maideen AA, et al.; Ribeiro AA, et al.; Sabei SD, et al. (2022); Horta RL, et al.; Murat M, et al.; Silva-Junior JS, et al.; Vieira LS, et al. (2021).
Ansiedade	11	84,6	Ampos; O, et al. (2023); Centenaro AP, et al.; Galon T, et al.; Kangarlou MB, et al.; Maideen AA, et al.; Ribeiro AA, et al. (2022); Santos KM, et al.; Horta RL, et al.; Murat M, et al.; Silva-Junior JS, et al.; Vieira LS, et al. (2021).
Depressão	9	69,2	Ampos; O, et al. (2023); Centenaro AP, et al.; Galon T, et al.; Kangarlou MB, et al.; Maideen AA, et al. (2022); Santos KM, et al.; Murat M, et al.; Silva-Junior JS, et al.; Vieira LS, et al. (2021).
Síndrome de Burnout	6	46,2	Kangarlou MB, et al. e Sabei SD, et al. (2022); Horta RL, et al.; Murat M, et al.; Santos KM, et al.; Vieira LS, et al. (2021).

**Fonte:** Rodrigues LCSS, et al., 2023.

O primeiro e mais frequente fator mencionado que pode ter gerado comprometimento da saúde mental dos profissionais foi o medo. Como exemplo, evidenciado nos estudos, o medo foi gerado devido ao risco de contaminação e transmissão aos seus familiares e amigos (AMPOS O, et al., 2023; GALON T, et al., 2022; KANGARLOU MB, et al., 2022; MAIDEEN AA, et al., 2022; RIBEIRO AA, et al., 2022; Sabei SD, et al., 2022; HORTA RL, et al., 2021; MURAT M, et al., 2021; SILVA-JUNIOR JS, et al., 2021). Corroborando com os demais estudos, Murat M, et al. (2021) mostrou que apesar das precauções de isolamento ele foi frequente em 86,2% de pessoas.

Mais uma razão que gerou sofrimento mental foi o isolamento forçado, decorrente dos enfermeiros lidarem diariamente com o vírus, assim se isolando e fazendo com que muitos se sentissem solitários durante a pandemia (MAIDEEN AA, et al., 2022). Além disso, estudos de Centenaro AP, et al. (2022) e Santos KM, et al. (2021), afirmam que também refletiu na perda de apoio social e nas redes de apoio familiar, principalmente para os responsáveis pelos cuidados com filhos pequenos.

A sobrecarga é a terceira condição que trouxe intensas consequências sobre a enfermagem. De acordo com a abordagem dos autores, tornou-se evidente o aumento da demanda de clientes na pandemia no qual sucedeu detrimientos nos horários de descanso e alimentação pela falta de investimento em recursos humanos, e na diminuição da quantidade de funcionários devido aos afastamentos decorrentes dos trabalhadores com suspeita ou contaminados pela doença (AMPOS O, et al., 2023; AMPOS V, et al., 2023; GALON T, et al., 2022; KANGARLOU MB, et al., 2022; RIBEIRO AA, et al., 2022; Sabei SD, et al., 2022; HORTA RL, et al.; SANTOS KM, et al.; SILVA-JUNIOR JS, et al. e VIEIRA LS, et al., 2021). Entretanto, os autores Ampos O, et al. (2023) e Vieira LS, et al. (2021), acrescentam que a necessidade de treinar e monitorar a execução de colegas novos ou sem experiência nos complexos cuidados hospitalares e intensivos acrescentou um nível a mais na sobrecarga para os profissionais experientes.

Mediante a tantas dificuldades enfrentadas pelo sistema de saúde outra condição mencionada pelos estudos foi a escassez ou limitação de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) Ampos O, et al. (2023);

Ampos V, et al. (2023); Galon T, et al. (2022); Sabei SD, et al. (2022) e Ribeiro AA, et al. (2022), o que também colocou os profissionais da enfermagem em risco devido à grande demanda mundial que atendia tantos profissionais da saúde como a população em geral. Além disso, Murat M, et al. (2021), menciona que os enfermeiros que não obtiveram um treinamento adequado sobre o uso de EPIs ao cuidarem de casos de COVID-19 relataram um nível mais alto de ansiedade. Outro fator que se associou ao sofrimento psíquico referente ao EPI foi o seu uso por longas horas impedindo que os enfermeiros fizessem suas necessidades de forma adequada consequentemente aumentando mais o estresse (MAIDEEN AA, et al., 2022).

A privação de suporte psicológico e socioemocional também interferiu na qualidade emocional dos enfermeiros. A alta exigência institucional, elevada demanda e baixo controle sobre o trabalho juntamente com baixo apoio de colegas foram cruciais para a piora do quadro (SILVA-JUNIOR JS, et al., 2021). Em contrapartida o autor Vieira LS, et al. (2021), trouxe no estudo que muitos trabalhadores evidenciaram resistência em aceitar o apoio psicológico mesmo demonstrando necessidade.

A falta de acesso à informação em relação à doença foi mais uma causa que afetou. Os atuantes da saúde tiveram que lidar com o ineditismo da doença Ribeiro AA, et al. (2022), e o autor Sabei SD, et al. (2022) corrobora em sua pesquisa que o acesso à informação foi considerado como o mais baixo. Em contraparte, o autor Ampos V, et al. (2023) no seu estudo trouxe que alguns trabalhadores relacionaram o excesso de informação à exaustão.

Outro fator destacado pelos profissionais foi a desvalorização de seu trabalho. No artigo Galon T, et al. (2022), foi mencionado que eles se sentiam como máquinas, sem sentimentos, limites e humanização assim sendo considerado pelos mesmos uma desvalorização injusta, pois houve um grande esforço da equipe de enfermagem durante a pandemia, além do mais por possuírem uma baixa remuneração. Essas circunstâncias trouxeram reflexões sobre a escolha profissional e a cogitação do abandono a profissão (RIBEIRO AA, et al., 2022).

## **Categoria 2: As possíveis soluções para a promoção e prevenção da saúde mental do enfermeiro na assistência**

Mediante a todos esses sofrimentos emocionais, constatou-se citado pelos autores possíveis soluções que contribuem para minimizar os efeitos da pandemia e possibilitar a promoção e prevenção da saúde mental. Os autores Ampos V, et al. (2023), Galon T, et al. (2022); Maideen AA, et al. (2022); Sabei SD, et al. (2022); Horta RL, et al. (2021); Santos KM, et al. (2021) e Vieira LS, et al. (2021), frente à exaustão sentida e aos estressores impostos pela situação pandêmica, destacou o autocuidado como uma das principais formas de mediação nessa fase.

Estratégias que podem colaborar são trazidas por Ampos V, et al. (2023) e Maideen AA, et al. (2022), através de uma alimentação saudável e práticas de exercícios físicos regulares como yoga, pilates, alongamentos, qualidade de sono, manutenção da imunidade, a expressão da espiritualidade e religiosidade através de leituras de textos e livros sobre o tema, meditação e técnicas de relaxamento e respiração, realização de atividades cotidianas e promotoras de bem-estar, busca por profissionais especializados em saúde mental. Embora o autocuidado aparentemente seja pessoal o autor Santos KM, et al. (2021), traz que o sistema de saúde pode preparar melhor os enfermeiros para o autocuidado, educando-os sobre o tema, as estratégias utilizadas e realizando workshops regulares e programas de atualização para disseminar o conhecimento para sua saúde.

A educação continuada é mais uma estratégia mencionada para esses cuidados. Os autores Galon T, et al. (2022) e Maideen AA, et al. (2022), abordam sobre a importância de realizar treinamentos internos para enfermeiros, principalmente impostas pela gerencia de enfermagem, fornecendo treinamentos e educação adequada para apoiar os profissionais da área. De acordo com Sabei SD, et al. (2022), corrobora com a importância de planos para atualização e do aprimoramento de conhecimentos para atendimentos eficazes referente a doenças infecciosas e com os clientes portadores do vírus. Assim, tornando os profissionais mais seguros sobre seus cuidados e ocasionando menos danos mentais.

Outra forma de promoção e prevenção são as intervenções psicológicas. Sendo desenvolvidas e realizadas é um relevante investimento na continuidade da qualidade mental e física dos profissionais para possíveis agravos futuros (MURAT M, et al., 2021). Com isso, as mudanças institucionais como constituição de espaços de escuta terapêutica qualificada e acolhimento dos enfermeiros se fazem necessários, sendo efetuada por trabalhadores e gestores da unidade (AMPOS V, et al., 2023; CENTENARO AP, et al., 2022). Para Kangarlou MB, et al. (2022), as intervenções devem se concentrar no apoio emocional dos enfermeiros hospitalares para capacitá-los a gerenciar seu comportamento e respostas à demanda de trabalho e condições ambientais perigosas. Enquanto o apoio da família, de amigos e social também foi pontuado como uma medida utilizada como fonte de apoio para atenuar as dificuldades enfrentadas conversando entre si para desabafar seu estresse, ansiedade e depressão (SANTOS KM, et al., 2021; MAIDEEN AA, et al., 2022 e AMPOS V, et al., 2023).

A resiliência é uma prevenção que deve ser executada. Sendo assim tornou-se uma competência dos profissionais para se adaptarem mediante a difíceis situações interferindo diretamente na satisfação profissional, agregando como um fator de proteção contra o desgaste emocional e Síndrome de Burnout (VIEIRA LS, et al., 2022). A priori, os gestores devem estar à frente da estruturação de resiliência entre os enfermeiros (VIEIRA LS, et al., 2022).

No que diz respeito a saúde ocupacional dos enfermeiros, os autores Galon T, et al. (2022); Kangarlou MB, et al. (2022); Ribeiro AA, et al. (2022); Sabei SD, et al. (2022); Santos KM, et al. (2021), destacam a importância do fornecimento de recursos adequados, acesso ao suporte, condições seguras no trabalho e à proteção da vida dos profissionais para a redução das consequências físicas e emocionais. De acordo com Sabei SD, et al. (2022), os responsáveis por essa garantia são os gerentes de enfermagem e os formuladores de políticas. Galon T, et al. (2022), ainda corrobora com a necessidade de salários dignos, ampliação no contrato de profissionais, jornada laboral reduzida, aumento de investimentos nos setores de saúde e valorização tanto por órgãos governamentais como pela sociedade.

Finalizando, Ampos V, et al. (2023), traz que estudos são necessários a fim de acompanhar as condições futuras da experiência obtida durante o período pandêmico e dos prejuízos à saúde do enfermeiro para que sirvam como recursos de promoção e prevenção à saúde mental dos trabalhadores de enfermagem.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a pandemia destacou-se o enfrentamento materializado na falta de EPI, carga horária excessiva, no descanso reduzido, na alta demanda de pacientes e profissionais lidando com a intensa e constante responsabilidade. Com isso, como consequência trouxe a síndrome de Burnout, desgastes psíquicos, depressões, ansiedades, exaustões físicas e mentais. Entretanto, observou-se intervenções impostas e indicadas para diminuir os estressores causados pela situação pandêmica, como o autocuidado, o suporte psicológico, familiar e social, a participação da política governamental e a valorização do profissional em todos os aspectos. Conclui-se, a importância de novas pesquisas e aplicações resolutivas voltadas a essa temática, para aprofundar a discussão dos impactos na saúde mental em específico dos enfermeiros a fim de minimizar sofrimentos já existentes e adquiridos devido a pandemia que de acordo com as pesquisas evidenciadas podem comprometer o bem-estar futuro desses profissionais.

## REFERÊNCIAS

1. ACIOLI DMN, et al. Impactos da Pandemia de Covid-19 para a Saúde de Enfermeiros. Revista de Enfermagem UERJ, 2022; 30: 1–5.
2. AMPOS LF, et al. Atuação da enfermagem em unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19: na saúde ocupacional. Revista Latino-Americana de Enfermagem, 2023; 31: e3742.
3. AMPOS LF, et al. Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas. Esc Anna Nery Revista de Enfermagem, 2023; 27: 1–9.
4. BRASIL. Edição Extra Diário Oficial da União. Imprensa Nacional 1808, p. 1, 2020. Disponível em:

- [https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2020/prt0432\\_20\\_03\\_2020.html](https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2020/prt0432_20_03_2020.html). Acessado em: 13 de janeiro de 2023.
5. BORI A, et al. Saúde. Coren RJ, p. 1–3, Oct. 2022. Disponível em: [http://www.coren-rj.org.br/mais-de-4-500-profissionais-de-saude-morreram-por-covid-19-no-brasil\\_29112.html](http://www.coren-rj.org.br/mais-de-4-500-profissionais-de-saude-morreram-por-covid-19-no-brasil_29112.html). Acessado em: 13 de janeiro de 2023.
  6. CENTENARO APFC, et al. Transtornos mentais comuns e fatores associados em trabalhadores de enfermagem de unidades COVID-19. *Rev da Esc de Enfermagem da USP*, 2022; 56: 1–9.
  7. GALON T, et al. Percepções de profissionais de enfermagem sobre suas condições de trabalho e saúde no contexto da pandemia de COVID-19. *Revis Brasileira de Saúde Ocupacional*, 2022; 47(ecov2): 1–9.
  8. GHEZZI JFSA, et al. Estratégias de Metodologias Ativas de Aprendizagem na Formação do Enfermeiro: Revisão Integrativa da Literatura. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2021; 74(1): 1–11.
  9. HORTA RL, et al. O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2021; 70(1): 1–9.
  10. KANGARLOU MB, et al. Occupational Burnout Symptoms and Its Relationship With Workload and Fear of the SARS-CoV-2 Pandemic Among Hospital Nurses. *Fronti in Public Health*, 2022; 10(852629): 1–9.
  11. LATORRACA COC, et al. Busca em bases de dados eletrônicas da área da saúde: por onde começar. *Medicina Baseada em Evidências*, 2019; 24(2): 1–5.
  12. LUZ EMF, et al. Repercussões da Covid-19 na Saúde Mental dos Trabalhadores de Enfermagem. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 2020; 10: 1–8.
  13. MAIDEEN AA, et al. Nurses' mental health and coping strategies throughout COVID-19 outbreak: A nationwide qualitative study. *International Journal of Mental Health Nursing*, 2022; 31(5): 1–15.
  14. MIRANDA FBG, et al. Sofrimento Psíquico Entre os Profissionais de Enfermagem Durante a Pandemia da COVID-19: Scoping Review. São Carlos, São Paulo, Brasil., 2021; 25(spe): e20200363.
  15. MOHER D, et al. Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2015; 24(2): 1–8.
  16. MURAT M, et al. Determination of stress, depression and burnout levels of front-line nurses during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Mental Health Nursing*, 2021; 30(2): 1–11.
  17. OLIVEIRA LMS, et al. Coping Strategy for Covid-19 in Primary Health Care: Experience Report in Salvador-BA. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 2021; 42(spe): 1–7.
  18. RIBEIRO AAA, et al. Impactos da pandemia COVID-19 na vida, saúde e trabalho de enfermeiras. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2022; 35(eAPE01046): 1–8.
  19. SABEL SDA, et al. Nurses' job burnout and its association with work environment, empowerment and psychological stress during COVID-19 pandemic. *Intern Journal of Nursing Practice*, 2022; 28(5): 1–10.
  20. SANTOS KMR, et al. Depressão e Ansiedade em Profissionais de Enfermagem Durante a Pandemia da Covid - 19. *Escola Anna Nery*, 2021; 25(spe): 1–15.
  21. SAÚDE MS, et al. Coronavírus Brasil. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acessado em: 13 de fevereiro de 2023.
  22. SILVA-JUNIOR JS, et al. Estressores psicossociais ocupacionais e sofrimento mental em trabalhadores de saúde na pandemia de COVID-19. *Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein*, 2021; 19(eAO6281): 1–8.
  23. SOUZA AV, et al. Impacto Da Pandemia Da Covid-19 Na Saúde Mental Dos Profissionais De Saúde. *Revista*, 2022; 11(2): 1–9.
  24. SOUZA LPS, et al. Enfermagem Brasileira na Linha de Frente Contra o Novo Coronavírus: Quem Cuidará de Quem Cuida? *Journal of Nursing and Health*, 2020; 10: 1–13.
  25. VIEIRA LS, et al. Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 2022; 30(e3589): 1–13.