

Saúde mental do profissional de enfermagem durante a pandemia da COVID-19:

Uma revisão

Mental health of nursing professionals during the COVID-19 pandemic: A review

Salud mental de los profesionales de enfermería durante la pandemia de COVID-19: Una revisión

Recebido: 04/10/2022 | Revisado: 18/10/2022 | Aceitado: 19/10/2022 | Publicado: 24/10/2022

Brenda Shelly Araújo Beserra Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7447-0927>

Faculdade Integrada Carajás, Brasil

E-mail: brendashellyab14@gmail.com

Kelen Erônia Lemes de Andrade

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1840-3476>

Faculdade Integrada Carajás, Brasil

E-mail: kelenreronia2014@gmail.com

Patrícia Maria Lima Silva de Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2985-5163>

Faculdade Integrada Carajás, Brasil

E-mail: patriciamlss@hotmail.com

Resumo

Os últimos tempos estão marcados pelo crescimento de doenças mentais fazendo com que os dados sejam alarmantes, por isso, o presente artigo tem o objetivo de apresentar a importância do cuidado com a saúde mental dos profissionais de enfermagem frente ao cuidado com pacientes com COVID-19. Elaborado a partir de uma revisão integrativa da literatura, foi realizada pesquisa em banco de dados como scielo, PAHO, WHO, pubmed e outros, sendo retirado artigo de 2001 a 2022. Elencando os principais distúrbios desenvolvidos nesse tempo, bem como os sintomas relacionados, foi traçado uma linha do tempo que mostra o rápido avanço da transmissão do vírus, que ocasionou superlotação em hospitais, sobrecarga de trabalho e, conseqüentemente, aumento dos problemas relacionados a saúde mental desses profissionais. Com esta pesquisa espera-se contribuir para que o cuidado com a saúde não só física, mas também mental seja um assunto abordado com cuidado e atenção nas instituições de trabalho, tendo em vista o crescimento exagerado de trabalhadores com distúrbios psicológicos.

Palavras-chave: Saúde mental; Profissionais de enfermagem; COVID-19.

Abstract

The current society is marked by the increase of mental illness making the data alarming, therefore, the article aims to present the importance of caring for the mental health of nursing professionals in relation to the care of patients with COVID-19. Elaborated from a review from an integrative literature review, search was carried out in a database with scielo, PAHO, WHO, pubmed and others, being withdrawn articles from 2001 to 2022. Listing the main disorders developed at that time, as well as related symptoms, A timeline was drawn that shows the rapid advance of the transmission of the virus that caused overcrowding in hospitals, work overload and, consequently, an increase in problems related to the mental health of these professionals. with this research it is expected to contribute to the care with health not only physical, but also mental is a subject approached with care and attention in the work institutions, in view of the exaggerated growth of workers with psychological disorders.

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

Resumen

Los últimos tiempos han estado marcados por el crecimiento de las enfermedades mentales, tornando los datos alarmantes, por lo que este artículo tiene como objetivo presentar la importancia del cuidado de la salud mental de los profesionales de enfermería frente al cuidado de los pacientes con COVID-19. Elaborado a partir de una literatura integradora revisión, se realizó una búsqueda en bases de datos como scielo, OPS, OMS, pubmed y otras, siendo retirado un artículo del 2001 al 2022. Listando los principales trastornos desarrollados en ese tiempo, así como los síntomas relacionados, se realizó una cronología dibujado que muestra el rápido avance de la transmisión del virus, lo que provocó hacinamiento en los hospitales, sobrecarga de trabajo y, en consecuencia, aumento de los problemas relacionados con la salud mental de estos profesionales. Con esta investigación esperamos contribuir para que el cuidado de la salud no sólo física, sino también mental, sea un tema abordado con cuidado y atención en las instituciones de trabajo, ante el crecimiento exagerado de trabajadores con trastornos psíquicos.

Palabras clave: Salud mental; Profesionales de enfermería; COVID-19.

1. Introdução

A COVID-19 é uma doença infecciosa ocasionada por um vírus da família coronavírus, o SARS-CoV-2, que é causador da Síndrome Respiratória Aguda Grave, e traz como principais sintomas a febre, o cansaço e a tosse seca. Perda de paladar ou olfato, congestão nasal, dores de garganta, dores musculares e náuseas, são sintomas menos comuns (OPAS, 2021).

De acordo com a folha informativa publicada em pela OPAS (Organização Pan-Americana da Saúde), em 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declara que o surto do COVID-19 constituía uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional (ESPII), com o nível de risco de contaminação alto para as Américas (OPAS, 2020). O impacto da pandemia tem deixado profundas marcas na humanidade no âmbito físico, psíquico e econômico. Milhares de vidas perdidas nesse tempo por crise sanitária, desequilíbrio na gestão e agravamento das desigualdades sociais (Paiva & Paiva, 2021).

O Brasil antes da pandemia, estava em nível médio de desenvolvimento em relação a saúde, porém com certas condições sociais preocupantes. Parte de tal desenvolvimento se dá pela redução da mortalidade infantil, ampliação do saneamento básico e oferta de água tratada, que contribuiu também na diminuição da incidência e letalidade de doenças infectocontagiosas e parasitárias. As condições preocupantes que Maurício Barreto cita são determinadas pelo elevado grau de desigualdade social no país o que aumenta consideravelmente as chances de transmissão da COVID-19 (Guimarães, 2020).

Em consequência disso, os últimos tempos estão marcados pelo crescimento de doenças mentais fazendo com que o fato se torne alarmante. Entre vários distúrbios psicológicos vale destacar a ansiedade e depressão que são problemas que tem se tornado cada vez mais comuns no país, constituindo um problema de saúde pública (Rodrigues, et al., 2021). E, por serem a equipe que está em linha de frente no combate ao COVID-19 e por toda pressão e sofrimento que tem presenciado, a saúde mental dos profissionais de enfermagem tem sido uma preocupação (Prado et al., 2020).

A enfermagem é uma profissão que lida todos os dias com a perda, dor, doença, morte por isso é tão suscetível ao adoecimento mental. Composta por Enfermeiros, Técnicos de Enfermagem e Auxiliares de Enfermagem, com jornada de trabalho exaustiva, sobrecarga de trabalho e, por vezes tendo que acumular empregos por benefício financeiro, mostra que a qualidade da assistência fica prejudicada e o desgaste físico e emocional aumentam (Silva et al., 2006).

Segundo a OMS “A saúde mental é um estado de bem-estar no qual um indivíduo realiza suas próprias habilidades, pode lidar com o estresse normal da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de contribuir para sua comunidade” (OMS, 2018). Nesse contexto, é necessário que as instituições de trabalho se esforcem para combater não só o adoecimento fisiológico, como também o mental dos trabalhadores levando em consideração que o ambiente e situações predispõe o acometimento de doenças (Rodrigues, et al., 2021).

Pouco se conhece sobre as consequências emocionais e mentais em profissionais da saúde ligados diretamente a exposição à COVID-19 causadas pela sobrecarga de trabalho, dupla jornada e medos de contaminação. Pode-se listar algumas doenças que afetaram a saúde mental, como: síndrome de burnout, disfunção de humor, ansiedade e depressão. Portanto, pesquisa como esta tem a capacidade de mostrar a importância do cuidado com o psicológico do trabalhador. Desta forma, o objetivo do presente estudo foi apresentar a importância do cuidado com a saúde mental em profissionais de enfermagem que convivem com pacientes com COVID-19.

2. Metodologia

O presente artigo tem como característica a pesquisa bibliográfica, classificada como uma revisão integrativa da literatura, a qual foi realizada de acordo com o relatado por Lima, Alexandre e Santos (2021) a fim de buscar embasamento teórico e atualizado sobre o tema.

Com o propósito de facilitar a pesquisa e achados atuais, foi definido o objeto e objetivo do estudo, disposto em periódicos, dissertações e monografias referentes ao período entre 2001 e 2022, sendo utilizados aqueles que se enquadravam no objetivo do trabalho.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa onde foi realizado buscas em bancos de dados como, lilacs, scielo, pubmed, Biblioteca Virtual em Saúde, FioCruz, PAHO e WHO. A busca dos documentos ocorreu por meio da utilização dos seguintes descritores: Saúde Mental, Ansiedade, Depressão, Síndrome de Burnout, Enfermagem, profissionais da linha de frente, COVID-19.

Os registros científicos buscam apresentar a importância dos cuidados com a saúde mental dos profissionais de saúde, ressaltar os transtornos mentais mais evidentes nos dias atuais, abordar o avanço da pandemia do COVID-19 e descrever os transtornos desenvolvidos nos profissionais durante a pandemia.

3. Resultados e Discussão

COVID-19

No final de dezembro de 2019, a OMS foi alertada sobre diversos casos de pneumonia na cidade Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Em janeiro de 2020, uma semana depois do alerta, foi confirmado que uma nova cepa do coronavírus havia sido identificada e recebeu o nome de SARS-CoV-2, vírus responsável por causar a doença COVID-19 (OPAS, 2020).

De acordo com o Ministério da Saúde, primeiro caso confirmado no Brasil aconteceu em 26 fevereiro de 2020, em São Paulo, enquanto 20 casos suspeitos de 7 estados diferentes estavam sendo monitorados e 59 descartados após exames testarem negativo para o vírus (Brasil, 2020).

A doença é uma patologia altamente contagiosa, transmitida por gotículas, contato ou aerossóis, sendo que idosos e pessoas com comorbidades são mais vulneráveis a complicações (Fernandes et al, 2021). Os principais sintomas são, febre, cansaço, tosse seca, coriza, congestão nasal, dor de garganta e diarreia. Tendo também sintomas severos como dificuldade de respirar e falta de ar, sendo necessário a internação para oxigenioterapia. Outros pacientes podem desenvolver doença crítica como a insuficiência respiratória, choque séptico, falência dos órgãos e possível risco de morte (SBI, 2020). Em um informe técnico da Sociedade Brasileira de Infectologia (SBI), foi listado formas de prevenção de contágio do novo coronavírus, destacando-se: higienização das mãos com frequência, usar álcool 70%, cobrir nariz e boca ao espirrar ou tossir, manter ambientes ventilados e evitar aglomerações (SBI, 2020).

Diante deste cenário, é imprescindível que a assistência prestada aos pacientes seja fundamentada em informações técnico-teórico, afim de garantir a segurança tanto da pessoa doente quanto do profissional. Os cuidados vão desde o primeiro contato até a saída do paciente da unidade de atendimento, sendo alguns deles: uso adequado do EPI; não compartilhamento de itens como, canetas e telefones com o paciente; se possível, utilizar local separado e bem ventilado para triagem de casos suspeitos; evitar tocar superfícies próximas ao paciente; realizar desinfecção de equipamentos usados no atendimento; Ao realizar procedimentos que podem gerar aerossóis, é indicado preferencialmente fazê-lo em unidade de isolamento respiratório com pressão negativa e filtro HEPA (COREN, 2020).

Impacto da pandemia na vida dos profissionais da saúde

A síndrome respiratória aguda grave causada pelo novo coronavírus é considerada uma pandemia pela OMS desde março de 2020 (Barbosa et al., 2020).

Uma vez que se espalhou por diversos continentes de forma rápida e simultânea (Cavalcante et al., 2021). Isso fez

com que o Brasil e o mundo passassem por momentos de intensos desafios na área da saúde, o que tem refletido sobre diversos aspectos emocionais e mentais de profissionais no âmbito hospitalar (Pereira et al., 2020).

De acordo com Dos Santos et al. (2020), os principais fatores de risco da pandemia de COVID-19 para o adoecimento mental dos profissionais de saúde são: exposição ao vírus e alto risco de infecção durante atuação, medo de transmitir para familiares e pessoas próximas, longas jornadas de trabalho, fadiga física, sentimento de impotência, morte de pacientes, falta de reconhecimento e de diretrizes rigorosas para controle de infecções na instituição.

Síndrome de Burnout

As doenças psíquicas na pandemia se mostraram um transtorno iminente na vida dos profissionais de saúde, ocasionando diversos problemas, dentre eles a Síndrome de Burnout. Essa síndrome é um desfecho em que os profissionais perdem a relação com o trabalho, muitas vezes por insatisfações decorrentes dele (Nascimento et al., 2021).

De acordo com Silveira et al. (2020), é também conhecida como esgotamento profissional, sendo uma resposta prolongada ao estresse crônico no ambiente de trabalho. Conforme apresentado por Maslach, Schaufeli e Leiter (2001), há três dimensões da Síndrome de Burnout que se reflete em ocupações onde trabalhadores interagem extensivamente com outras pessoas, como é o caso de pacientes. São elas:

- a) Exaustão: é a manifestação mais óbvia e relatada, sendo associada ao estresse. Ocasiona distanciamento emocional e cognitivo do trabalho como uma forma de lidar com a sobrecarga.
- b) Despersonalização: é a tentativa de impor distância entre si e quem está recebendo o serviço. Nesse caso, usam a indiferença como uma resposta à exaustão ou desânimo.
- c) Redução da realização pessoal: é o mais complexo dos aspectos da Síndrome de Burnout, sendo muitas vezes associado como uma consequência da junção das duas dimensões anteriores. Além de emergir mais claramente quando há falta de recursos relevantes para realização da atividade.

Há alta associação entre Burnout e os profissionais da saúde que desempenham funções de alta complexidade com pacientes, tanto em prontossocorros, quanto em áreas de alto risco para doenças infecciosas, ou mesmo em unidade de terapia intensiva (UTI). Podendo somar a isso plantões exaustivos, contato diário com enfermos e possibilidade de morte. Sendo todos esses fatores rotineiros no cenário pandêmico (Menezes et al., 2017).

Em estudo realizado por Hoseinabadi et al., (2020), ao avaliarem e compararem o nível de Burnout entre enfermeiros da linha de frente e outros enfermeiros durante um surto de COVID-19 no Irã, os resultados apontaram maior nível nos profissionais atuantes na linha de frente e o estresse no trabalho como o principal fator relacionado a síndrome, seguido da falta de recursos hospitalares e de apoio dos familiares e amigos. Assim, a pandemia de COVID-19 tem se mostrado propício para o seu desenvolvimento e é sabido que a Síndrome de Burnout tem influência direta negativa no desempenho das atividades profissionais, como o fato de diminuir a produtividade e o comprometimento com o trabalho, bem como ocasionar absenteísmo e intensificar a intenção de deixar o emprego (Maslach et al., 2001).

Disfunção do humor e insônia

De acordo com Menezes et al. (2017), os transtornos de humor em profissionais da saúde podem estar relacionados à sobrecarga de trabalho, habilidades técnicas limitadas, falta de suporte social no local de trabalho e incapacidade de resolver problemas e gerenciar conflitos.

Durante a pandemia muitas sensações foram vivenciadas ou intensificadas, como é o caso das instabilidades de

humor. Além disso, outros fatos vivenciados que impactaram negativamente a saúde mental da população tiveram associação com o medo, frustração, solidão, raiva e alterações no padrão de sono habitual (Rocha et al., 2021).

Outro sintoma evidenciado neste período foi a insônia que, segundo Zenkner et al. (2021), é conhecida como um distúrbio do sono, que apresenta como uma de suas características mais marcantes, a resistência na fase de inicialização do sono, bem como a dificuldade em mantê-lo. Fazendo com que se acorde sem motivo aparente e causando sensação de descanso insuficiente. De acordo com Garavito et al. (2022), o aumento ou diminuição do tempo de sono podem estar associado ao distanciamento social, e com ele a solidão, preocupações e baixa resiliência. Decorrente disto, pessoas com insônia podem apresentar alterações emocionais, como irritabilidade e agressividade, baixa capacidade de concentração e aprendizado, bem como sintomas de depressão e ansiedade (Garavito et al., 2022).

Deste modo, é preciso atentar-se as condições de trabalho, de modo que o bem-estar seja considerado de fundamental importância e um aliado na prestação de atendimento de excelência e na redução dos riscos de complicações oriundas da atividade profissional.

Saúde mental

De acordo com Liu (2012), ao analisar epidemias anteriores, o aparecimento súbito de doença com alto risco de morte leva a um aumento acentuado da pressão psicológica sobre a equipe de saúde. Deixando-os mais vulneráveis a problemas, incluindo medo, ansiedade, depressão e insônia.

A pandemia do COVID-19 resultou em um grande número de consequências psicológicas, especialmente em termos de emoções e cognição (Li et al., 2020).

De acordo com Schmidt, Crepaldi, Bolze, Neiva-Silva e Demenech (2020), “os psicólogos podem contribuir para a promoção da saúde mental e a prevenção de efeitos psicológicos negativos para os profissionais de saúde, fornecendo-lhes apoio e aconselhamento sobre como lidar com determinadas situações”.

Além disso, os psicólogos são fundamentais para ensinar os indivíduos a gerenciar suas emoções e sentimentos, o que é essencial durante essa pandemia, esses profissionais também podem influenciar os demais profissionais de saúde a fortalecer as redes de apoio, mantendo contato regular com parentes/amigos próximos (Schmidt et al., 2020).

Por outro lado, os psicólogos também enfrentam desafios nesse período uma vez, que, estão sobrecarregados devido ao aumento da demanda, levando a impactos negativos do COVID-19 na saúde mental da população em geral, principalmente dos profissionais de saúde (Hankivsky, & Kapilashramim, 2020). Para Malloy-Diniz et al. (2020) “Os riscos de saúde mental podem ser exacerbados à medida que a crise progride e as taxas de mortalidade e morbidade entre os profissionais de saúde e suas famílias aumentam”.

Adams e Walls (2020), relatam que outro desafio para os psicoterapeutas no âmbito do cuidado é a baixa adesão ao cumprimento das medidas propostas, por falta de tempo e desgaste da jornada de trabalho. Nesse sentido, é necessário destacar a importância do descanso no ambiente de trabalho, que, por meio da redução da carga de trabalho, visa diminuir os danos à saúde mental (exaustão mental) dos profissionais. Além desses fatores, os psicoterapeutas tiveram que se adaptar a uma nova forma de atendimento online.

Conforme Faro et al. (2020), para dar continuidade aos cuidados e evitar maiores danos à saúde mental durante a pandemia, esses especialistas estão se conscientizando para implementar recomendações de intervenções diretas. Além de ser considerada uma forma eficaz de prevenir a propagação do vírus e se adaptar bem aos hábitos de vida dos profissionais médicos. Com essa perspectiva, os profissionais de saúde enfrentam uma série de desafios.

Segundo Ornell, et al. (2020), o medo de contaminar os que estão ao redor pode fazer com que os profissionais fiquem isolados da sociedade; ansiedade adicional; estresse desagradáveis, são alguns dos desafios encontrados. Os mesmos

autores ainda afirmam que além disso, outros transtornos psiquiátricos podem ser desencadeados, como: transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), depressão, síndrome de burnout.

A jornada cansativa de trabalho, associada a recursos mínimos, infraestrutura e equipamentos de proteção individual (EPI), aumenta o medo e a ansiedade de se infectar com o vírus, somado à sua frustração com os momentos em que não conseguiu salvar uma vida (Huang et al., 2020).

Nesse contexto, para que os profissionais de saúde alcancem os melhores resultados por um período prolongado e indefinido, os empregadores de saúde devem fornecer apoio psicossocial precoce a todos os funcionários, concentrando-se em: criar um ambiente psicologicamente seguro, liderar estratégias organizacionais fortes e claras para uma equipe feliz, comunicação consistente e suporte significativo da equipe. Esse ambiente promoverá a resiliência individual e praticará a compaixão e o autocuidado. Construir a cultura de resiliência de uma organização pode ajudar a reduzir a gravidade do sofrimento psíquico na equipe de saúde (Machado, & Ximenes Neto, 2018).

Ansiedade

A ansiedade é um estado emocional próprio dos indivíduos, uma reação ao que lhe provoca estresse, por ser uma resposta às diversas ameaças que o indivíduo sofre ou mesmo pensa sofrer no cotidiano. No entanto, a ansiedade tornase um problema quando não há identificação adequada do risco ou se a duração da exposição a esse risco é intolerável para a pessoa que enfrenta a situação (Sant'ana, 2016; Coelho et al., 2022).

Para Soares, Rodrigues e Pimenta (2021), a ansiedade é uma ideia do futuro de forma negativa, pois prevê altamente o risco em uma situação desconhecida, levando a sentimentos de medo, apreensões e desconforto, que muitas vezes se acumulam no corpo.

Segundo Silva et al., (2021), em estudo comparativo entre enfermeiros e médicos relacionados ao tratamento de COVID-19, a ansiedade mostrou maior nível nos enfermeiros. Podendo isso ser explicado pelo fato de os enfermeiros terem turnos de emprego mais longos e contato mais próximo com os pacientes, o que ocasiona mais facilmente a fadiga e o estresse.

A ansiedade tem sido relatada como uma das patologias mais recorrentes dos afastamentos das atividades laborais entre os profissionais de enfermagem. Uma vez que são bastante desafiados física e mentalmente por características inerentes à profissão, sendo, portanto, mais propícios ao seu desenvolvimento (Sant'ana, 2016). No entanto, o risco de dano psicológico não se limita aos profissionais de saúde da linha de frente.

De fato, a maioria dos profissionais de saúde, independentemente da especialidade, tem enfrentado desafios notáveis desde o início da pandemia, incluindo mudanças na maneira como trabalham e, às vezes, os incapacitando de fornecer os cuidados de qualidade que normalmente fazem (Greenberg, 2020).

Além disso, há indícios que o impacto na saúde mental, o que inclui a ansiedade, dos profissionais envolvidos nos cuidados de saúde durante uma epidemia, pode ser duradouro (Ornell et al., 2020). Sendo assim, é necessário investigar a frequência desses sintomas de ansiedade sob diferentes aspectos. Devendo ser cuidadosamente tratados, afim de favorecer a qualidade de vida e ofertar um atendimento ideal para os pacientes.

Depressão

A pandemia do COVID-19, tem se mostrado diretamente relacionada com o aumento do número de algumas patologias, como é o caso da ansiedade. Nos profissionais de saúde que participam diretamente do enfrentamento ao vírus, são observados graves sintomas de depressão. É válido ressaltar, que a prevalência desses sintomas pode ser vista com maior intensidade nos profissionais que atuam na média e alta complexidade (Santos et al., 2021).

Os transtornos depressivos apresentam características marcantes como, tristeza, perda de interesse ou prazer,

sentimento de culpa alinhado a baixa autoestima, distúrbios do sono e apetite, sensação de cansaço e falta de concentração. Além disso, a depressão pode ser duradoura e/ou recorrente, prejudicando o indivíduo, interferindo diretamente na sua vida pessoal e profissional (OMS, 2017). Sampaio et al., (2021) ainda afirmam que os fatores principais são os sentimentos negativos de incômodo, perturbação e desconforto experienciados no self.

Em estudo realizado por Medeiros et al. (2021) no qual se aplicou a escala hospitalar de ansiedade e depressão, em profissionais de saúde, constataram que 28,86% dos participantes da pesquisa foram classificados com possível depressão ao passo que, 10,45% se classificaram dentro do padrão de pessoas com provável 15 depressão. Os mesmos autores ainda concluem que entre os profissionais de saúde, os médicos, dentistas e enfermeiros foram os mais impactados com a COVID-19 e com isso são os principais atingidos no que se diz respeito a prevalência de sintomas depressão.

Entre os profissionais de saúde há a prevalência feminina e por consequência entre os profissionais os quais desenvolvem depressão também são mulheres. Essa tendência foi observada por Depolli et al. (2021), os quais constataram em sua pesquisa que 77,3% dos participantes da pesquisa eram do sexo feminino.

O mesmo foi relatado por Santos et al. (2021), apresentando 86,7% dos participantes da pesquisa como profissionais de saúde do sexo feminino. Do ponto de vista dos recursos necessários para minimizar os impactos do trabalho exaustivo durante a pandemia do COVID-19, e conseqüentemente o aumento de casos de depressão, estudo indica que a todas ações que têm relação direta com a melhoria das condições de trabalho, como o ambiente de modo geral apresenta influência positiva na diminuição desse tipo de distúrbio. Assim como, a estimulação de práticas de atividades físicas, as quais vão de encontro com a manutenção e o fortalecimento das condições de saúde física e mental (Santos, et al., 2021).

4. Considerações Finais

A pesquisa realizada mostra o crescente aumento dos distúrbios psicológicos neste tempo e os danos que podem causar, por isso demonstra a importância do tema para que pessoas do ramo sejam sensibilizadas a se observar mais, a ir em busca de ajuda quando perceber que algo está diferente seja nos sentimentos, pensamentos ou atitudes.

Por tanto, espera-se contribuir como um incentivo para o autocuidado com a saúde mental, tendo em vista que a pandemia do COVID-19 afetou o psicológico de forma significativa grande parte da população, sobretudo os profissionais ligados diretamente a assistência dos indivíduos que contraíram o vírus, bem como contribuir para que o cuidar de quem cuida tenha cada vez mais importância.

Espera-se ainda que, a partir deste trabalho, outras pesquisas sejam realizadas levando em consideração ser um tema pouco falado e muito atual. E contribuir para que seja um assunto abordado com cuidado e atenção nas instituições de trabalho.

Referências

- Adams, J. G., & Walls, R. M. (2020). Supporting the health care workforce during the COVID-19 global epidemic. *Jama*, 323(15), 1439-1440. <https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/2763136>
- Barbosa, D. J., Gomes, M. P., de Souza, F. B. A., & Gomes, A. M. T. (2020). Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da COVID-19: síntese de evidências. *Comunicação em ciências da saúde*, 31, 31-47. <https://doi.org/10.51723/ccs.v31i1Suppl%201.651>
- Brasil. Ministério da Saúde. (2020). Coronavírus: Brasil confirma primeiro caso da doença. <https://www.unasus.gov.br/noticia/coronavirus-brasilconfirma-primeiro-caso-da-doenca>
- Cavalcante, F. R., Líber, N. L., & Costa, F. N. (2021). Imunidade: a importância de uma alimentação adequada em tempos de pandemia. *Research, Society and Development*, 10(14), e309101422177-e309101422177. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i14.22177>
- Coelho, M. D. M. F., Cavalcante, V. M. V., Araújo, M. Â. M., Martins, M. C., Barbosa, R. G. B., Barreto, A. S., & Fernandes, A. F. C. (2022). Sintomas de ansiedade e fatores associados entre profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19. *Cogitare Enfermagem*, 27. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.79739>

- COREN. (2020). Assistência de Enfermagem aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2) http://ba.corens.portalcofen.gov.br/assistencia-de-enfermagem-aos-casos-suspeitos-ou-confirmados-de-infeccao-pelo-novo-coronavirus-sars-cov-2_55192.html
- Depolli, G. T., Brozzi, J. N., Perobelli, A. D. O., Alves, B. L., & Barreira-Nielsen, C. (2021). Ansiedade e depressão em atendimento presencial e telessaúde durante a pandemia de Covid-19: um estudo comparativo. *Trabalho, Educação e Saúde*, 19. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00317>
- dos Santos, W. A., de Lima Beretta, L., Leite, B. S., da Silva, M. A. P., Cordeiro, G. P., & França, É. M. (2020). O impacto da pandemia da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9(8), e190985470-e190985470. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5470>
- Faro, A., Bahiano, M. D. A., Nakano, T. D. C., Reis, C., Silva, B. F. P. D., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>
- Fernandes, C. da S., Brandão, M. G. S. A., Lima, M. M. de S., Nascimento, J. C. do, Neto, N. M. G., & Barros, L. M. (2021). Práticas seguras no manejo de vias aéreas de pacientes com Covid-19: revisão integradora. *Revista Cuidarte*, 12(3). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1356>
- Garavito, L. N. C., Santos, J. B., Hernández, A. G., Cala-Martínez, D. Y., & Morales, D. F. G. (2022). Influência do confinamento de covid-19 na saúde de adultos com comprometimento cognitivo leve. *Dementia & Neuropsychologia*, 16, 121-126. <https://doi.org/10.1590/1980-5764-DN-2021-0013>
- Guimarães, C. (2020). Antes, durante e depois da pandemia: que país é esse? <https://www.epsvj.fiocruz.br/noticias/reportagem/antes-durante-e-depois-da-pandemia-que-pais-e-esse>
- Greenberg, N. (2020). Mental health of health-care workers in the COVID-19 era. *Nature Reviews Nephrology*, 16(8), 425-426. <https://doi.org/10.1038/s41581-020-0314-5>
- Hankivsky, O. & Kapilashramim, A. (2020). Beyond sex and gender analysis: an intersectional view of the COVID-19 pandemic outbreak and response. Gender and Women's Health Unit, Centre for Health Equity, Melbourne School of Population and Health Equity. **University of Melbourne**. <https://mspgh.unimelb.edu.au/news-and-events/beyond-sex-and-gender-analysis-anintersectionalview-of-the-covid-19-pandemic-outbreak-and-response>
- Hoseinabadi, T. S., Kakhki, S., Teimori, G., & Nayyeri, S. (2020). Burnout and its influencing factors between frontline nurses and nurses from other wards during the outbreak of Coronavirus Disease-COVID-19-in Iran. *Investigacion y educacion en enfermeria*, 38(2). <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v38n2e03>
- Huang, L., Lin, G., Tang, L., Yu, L., & Zhou, Z. (2020). Special attention to nurses' protection during the COVID-19 epidemic. *Critical care*, 24(1), 1-3. <https://link.springer.com/article/10.1186/s13054-020-2841-7>
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu, T. (2020). The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active Weibo users. *International journal of environmental research and public health*, 17(6), 2032. <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/6/2032/>
- Lima, A. A. de, Alexandre, U. C., & Santos, J. S. (2021). O uso da maconha (*Cannabis sativa* L.) na indústria farmacêutica: uma revisão. *Research, Society and Development*, 10(12), e46101219829. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i12.19829>
- Liu, X., Kakade, M., Fuller, C. J., Fan, B., Fang, Y., Kong, J., ... & Wu, P. (2012). Depression after exposure to stressful events: lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic. *Comprehensive psychiatry*, 53(1), 15-23. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S00104440X11000216>
- Machado, M. H., & Ximenes Neto, F. R. G. (2018). Gestão da Educação e do Trabalho em Saúde no SUS: trinta anos de avanços e desafios. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23, 1971-1979. <https://www.scielo.br/j/csc/a/yxKZJcmCrSHnHRMYLntFYmP/abstract/?lang=pt>
- Malloy-Diniz, L. F., de Souza Costa, D., Loureiro, F., Moreira, L., Silveira, B. K. S., de Mesquita Sadi, H., ... & Silva, A. G. (2020). Saúde mental na pandemia de COVID-19: considerações práticas multidisciplinares sobre cognição, emoção e comportamento. *Debates em psiquiatria*, 10(2), 46-68. <https://revistardp.org.br/revista/article/view/39>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422. <https://pt.scribd.com/document/121485724/Job-Burnout>
- Medeiros, P. C., S., Romani, M. L. T. R., Marquez, T. B., Toledo, G. Q., Souto, I. V., & de Melo, M. A. M. (2021). Prevalência dos sintomas de ansiedade e depressão em profissionais da saúde na pandemia de Covid-19 Prevalence of anxiety and depression symptoms in health professionals in the Covid-19 pandemic. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(5), 19572-19587. <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n5-090>
- Menezes, P. C. M., Alves, É. S. R. C., Araújo Neto, S. A. D., Davim, R. M. B., & Guaré, R. D. O. (2017). Síndrome de Burnout: uma análise reflexiva. *Rev. enferm. UFPE on line*, 5092-5101. <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/25086>
- Nascimento, A. K. D. F., Barbosa, Y. M. M., Camargo, S. R. V., Souza, T. A. D., Gomes, S. M., Galvão, M. H. R., ... & Barbosa, I. R. (2021). Impactos da pandemia de COVID-19 sobre a saúde mental de profissionais de enfermagem. *Rev. port. enferm. saúde mental*, 169-186. <https://doi.org/10.19131/rpesm.317>
- OMS - World Health Organization. (2017) Depression and other common mental disorders: global health estimates. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/254610>
- OMS - World Health Organization. (2018) Mental health: strengthening our response. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mentalhealth-strengthening-our-response>
- OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde. (2022). Folha informativa sobre COVID-19 <https://www.paho.org/pt/covid19>
- OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde. (2020). Histórico da pandemia de COVID19. <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemiacovid-19>

- Ornell, F., Halpern, S. C., Kessler, F. H. P., & Narvaez, J. C. D. M. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. *Cadernos de saude publica*, 36, e00063520. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00063520>
- Paiva, C. C., Paiva, S. C. F. (2021). No Brasil, impacto econômico da pandemia será forte e duradouro. <https://jornal.unesp.br/2021/07/02/no-brasil-impacto-economico-da-pandemia-sera-forte-e-duradouro/>
- Pereira, M. D., Torres, E. C., Pereira, M. D., Antunes, P. F. S., & Costa, C. F. T. (2020). Sofrimento emocional dos Enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19. *Research, Society and Development*, 9(8), e67985121-e67985121. <http://dx.doi.org/10.33448/rsdv9i8.5121>
- Prado, A. D., Peixoto, B. C., da Silva, A. M. B., & Scalia, L. A. M. (2020). A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (46), e4128-e4128. <https://doi.org/10.25248/reas.e4128.2020>
- Rocha, D. D. M., Silva, J. S., Abreu, I. M. D., Mendes, P. M., Leite, H. D. C. S., & Ferreira, M. D. C. S. (2021). Efeitos psicossociais do distanciamento social durante as infecções por coronavírus: revisão integrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, 34. <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AR01141>
- Rodrigues A. M., Campos A. L., Gertrudes D. F. S., Moreira E. R. B., Ferreira R. C. F., Silva V. A. & Santos V. A. I. (2021). Depressão na enfermagem. *Trabalho de Conclusão de Curso – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza*, Técnico em Enfermagem, Cachoeira Paulista, 2021.: <http://ric.cps.sp.gov.br/bitstream/123456789/5815/1/tcc%20Depress%C3%A3o%20pdf.pdf>
- Sampaio, L. R., de Oliveira, L. C., & Pires, M. F. D. N. (2020). Empatia, depressão, ansiedade e estresse em Profissionais de Saúde Brasileiros. *Ciencias psicológicas*, 14(2), 2215. <https://doi.org/10.22235/cp.v14i2.2215>
- Sant'ana, S. M. da S. (2016). Ansiedade, depressão e qualidade de vida no trabalho em enfermeiros de hospitais públicos de médio e grande porte no município de Aracaju. *Dissertação (Mestrado em Ciências Aplicadas à Saúde) – Universidade Federal de Sergipe, Lagarto.*
- Santos, K. M. R. D., Galvão, M. H. R., Gomes, S. M., Souza, T. A. D., Medeiros, A. D. A., & Barbosa, I. R. (2021). Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Escola Anna Nery*, 25. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0370>
- SBI – Sociedade Brasileira de Infectologia. (2020). Informe da Sociedade Brasileira de Infectologia (sbi) sobre o novo coronavírus n° 10 – perguntas e respostas para profissionais da saúde e para o público em geral, 2020. <https://www.febrasgo.org.br/images/Sociedade-infecto.pdf>
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>
- Silva, B. M. D., Lima, F. R. F., Farias, F. S. D. A. B., & Campos, A. D. C. S. (2006). Jornada de trabalho: fator que interfere na qualidade da assistência de enfermagem. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 15, 442-448. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072006000300008>
- Silva, D. F. O., Cobucci, R. N., Soares-Rachetti, V. D. P., Lima, S. C. V. C., & Andrade, F. B. D. (2021). Prevalência de ansiedade em profissionais da saúde em tempos de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26, 693-710. <https://www.scielo.br/j/csc/a/JnrRZ5Qc3JqdqHxDj53wFfJ/?lang=pt&format=html>
- Silveira, A. L., Colleta, T. C. D., Ono, H. R. B., Woitas, L. R., Soares, S. H., Andrade, V. L. A., & Araújo, L. D. (2016). Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. *Rev Bras Med Trab*, 14(3), 275-84. <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v14n3a13.pdf>
- Soares, W. D., Rodrigues, B. P., & Pimenta, C. P. S. (2021). Síndrome de Burnout, depressão, ansiedade e ideação suicida em servidores de segurança pública. *Uninga Review*, 36, eURJ3613-eURJ3613.: <http://revista.uninga.br/index.php/uningareviews/article/view/3613/2343>.
- Zenkner, K. V., Denardin, E. F., de Jesus, A. A., Strom, B. R., da Silva, E. S., & Carlesso, J. P. P. (2020). Saúde mental dos profissionais da saúde: o adoecimento de quem se dedica a cuidar a doença do outro. *Research, Society and Development*, 9(7), e916974747-e916974747. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4747>