Research, Society and Development, v. 13, n. 3, e1413345083, 2024
(CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | DOI: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i3.45083

Desafios e estratégias utilizadas por enfermeiros de uma Unidade de Terapia Intensiva contaminados pelo Coronavírus

Challenges and strategies used by nurses in an Intensive Care Unit infected by the Coronavirus

Desafíos y estrategias utilizadas por enfermeros de una Unidade de Terapia Intensiva contaminados por Coronavírus

Recebido: 08/02/2024 | Revisado: 02/03/2024 | Aceitado: 04/03/2024 | Publicado: 07/03/2024

Thayná de Almeida
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-0395-4785
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil
E-mail: thaynalm2011@gmail.com
Maria De Lourdes Custódio Duarte
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-6307-3942
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil
Email: malulcd@yahoo.com.br
Daniela Giotti da Silva
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-6462-4486
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil
Email: danigiotti13@gmail.com
Alessandra Porto d'Ávila
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-7790-8573
Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil
Email: alessandradavilamk@gmail.com

Resumo
Objetivo: Analisar os desafios e estratégias utilizadas por enfermeiros de uma Unidade de Terapia Intensiva que foram contaminados por coronavírus. Método: Estudo qualitativo, exploratório e descritivo. A coleta de dados ocorreu de Novembro de 2021 a Janeiro de 2022, através de entrevistas semiestruturadas em formato online com 14 enfermeiros de uma Unidade de Terapia Intensiva que foram contaminados pelo vírus. Os dados foram submetidos à Análise de Conteúdo, emergindo duas categorias: Desafios dos enfermeiros contaminados por coronavírus e Estratégias utilizadas pelos enfermeiros contaminados pelo coronavírus. Resultados: Os desafios verbalizados pelos entrevistados foram: isolamento social, retorno ao trabalho e Síndrome pós-doença. Já as estratégias utilizadas foram: contato online com familiares, práticas para o bem-estar e terapia. Considerações Finais: As vivências desse período foram transformadoras para os sujeitos do estudo, pois na posição de paciente, experienciaram sentimentos até então não vivenciados, qualificando o cuidado de enfermagem prestado a esse tipo de enfermo.
Palavras-chave: Enfermeiros; Unidades de terapia intensiva; SARS-CoV-2; COVID-19; Saúde mental.

Abstract
Objective: To analyze the challenges and strategies used by nurses in an Intensive Care Unit who were infected by coronavirus. Method: Qualitative, exploratory and descriptive study. Data collection took place from November 2021 to January 2022, through semi-structured interviews in an online format with 14 nurses from an Intensive Care Unit who were infected by the virus. The data was subjected to Content Analysis, two categories emerging: Challenges of nurses contaminated by coronavirus and Strategies used by nurses contaminated by coronavirus. Results: The challenges verbalized by the interviewees were: social isolation, return to work and post-illness syndrome. The strategies used were: online contact with family members, well-being practices and therapy. Final Considerations: The experiences of this period were transformative for the study subjects, as in the position of patient, they experienced feelings that had not been experienced before, qualifying the nursing care provided to this type of patient.
Keywords: Nurses; Intensive care units; SARS-CoV-2; COVID-19; Mental health.

Resumen
Objetivo: Analizar los desafíos y estrategias utilizadas por enfermeros de una Unidad de Cuidados Intensivos infectados por coronavirus. Método: Estudio cualitativo, exploratorio y descriptivo. La recolección de datos se realizó de noviembre de 2021 a enero de 2022, a través de entrevistas semiestructuradas en formato online a 14 enfermeros de una Unidad de Cuidados Intensivos que fueron infectados por el virus. Los datos fueron sometidos a Análisis de Contenido, surgiendo dos categorías: Desafíos de los enfermeros contaminados por coronavirus y Estrategias utilizadas por los enfermeros contaminados por coronavirus. Resultados: Los desafíos verbalizados por los

entrevistados fueron: aislamiento social, reincorporación al trabajo y síndrome post-enfermedad. Las estrategias utilizadas fueron: contacto online con familiares, prácticas de bienestar y terapia. Consideraciones finales: Las vivencias de este período fueron transformadoras para los sujetos de estudio, ya que en la posición de paciente, vivieron sentimientos que no habían sido experimentados antes, calificando el cuidado de enfermería brindado a ese tipo de paciente.
Palabras clave: Enfermeros; Unidades de cuidados intensivos; SARS-CoV-2; COVID-19; Salud mental.

1. Introdução

Com o avanço da transmissão do vírus SARS-CoV-2, causador da doença COVID-19 em março de 2020, os profissionais de saúde caminharam de forma contrária ao distanciamento, lidando com o aumento da demanda de pacientes graves refletindo no aumento da carga laboral e na saúde física e mental desses trabalhadores (WHO, 2020; Dal'Bosco *et al.*, 2020).

Esse cenário exigiu a adaptação desses colaboradores à nova realidade, com a utilização de protocolos de segurança, a exposição diária ao novo vírus e ao risco de contaminação, devido às condições e aos fatores associados à assistência dos pacientes (Ornell *et al.*, 2020)

Segundo estudos do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), o índice de contaminação nesta área foi três vezes maior em relação à categoria médica (COFEN, 2020). Outro estudo com médicos e enfermeiros, realizado na China, identificou que esses últimos foram os mais acometidos pelo vírus relacionado ao maior período de trabalho em contato com o paciente, sendo os trabalhadores da enfermagem os mais afetados, com registro de 14,5% de índice de óbito entre os enfermeiros (Dal'Bosco *et al.*, 2020; Valente, 2020).

Com a atuação dos enfermeiros na pandemia, dentro do contexto hospitalar, as Unidades de Terapia Intensivas (UTI) foram ambientes fundamentais no cuidado aos pacientes em estado crítico acometidos pela doença, que necessitaram da assistência especializada dessa categoria durante todo período (Nascimento et al, 2021). Nesses setores críticos, foi comum a exaustão física e mental dos trabalhadores por receios e exposição ao risco de infecção pelo vírus, afastamento da família e uso contínuo de EPIs (Dal'Bosco *et al.*, 2020).

Dessa maneira, os enfermeiros enfrentaram diariamente o medo da contaminação no seu local de trabalho. Quando contaminados, lidaram com sentimentos de serem fonte de disseminação do vírus em suas famílias e passaram pela transição de papel de cuidador para o de quem é cuidado. Além de enfrentarem os sintomas da doença, passaram por estresse, solidão, irritabilidade, fadiga física e mental, tornando esse um momento de sofrimento psíquico (Ornell *et al.*, 2020).

No contexto do adoecimento pelo vírus faz-se necessário a busca por estratégias para o enfrentamento nesse momento de vulnerabilidade. Essas medidas auxiliam o autocuidado e o manejo dos sintomas físicos e mentais da doença, atuando na diminuição das possíveis repercussões na saúde desse trabalhador (Nascimento *et al.*, 2021).

Diante disso, muitas pesquisas foram desenvolvidas sobre a experiência de atuação dos enfermeiros no enfrentamento da pandemia da COVID-19, porém evidenciou-se uma escassez de estudos sobre as dificuldades vivenciadas por enfermeiros que foram contaminados pelo vírus, assim como as estratégias de enfrentamento nesse período, justificando o presente estudo (Dal'Bosco *et al.*, 2020; Ornell *et al.*, 2020; Duarte *et al.*, 2021).

Em vista da necessidade de atenção à saúde desses profissionais, especialmente aos atuantes da área de terapia intensiva, levando em consideração as repercussões emocionais e laborais relacionadas ao contágio pela doença, espera-se, com o presente estudo, analisar os desafios e estratégias utilizadas nesse momento de adoecimento. Além disso, pretende-se oportunizar reflexões sobre essas vivências diante da contaminação por SARS-CoV-2.

Dessa forma, considerando que os enfermeiros atuantes de UTIs podem apresentar diferentes percepções e vivências únicas desse período da contaminação, o estudo busca responder a seguinte questão norteadora: Quais são os desafios e estratégias utilizadas por enfermeiros de uma UTI que foram contaminados por SARS-CoV-2?

O objetivo do presente artigo foi analisar os desafios e estratégias utilizadas por enfermeiros de uma UTI que foram contaminados por SARS-CoV-2.

2. Metodologia

Tipo de estudo

Trata-se de um estudo qualitativo, com caráter descritivo e exploratório, sendo conduzido conforme instrumento Standards for Reporting Qualitative Research (SRQR). A abordagem qualitativa é definida como aquela focada no caráter subjetivo e relacional da realidade social, aprofundando-se no mundo dos significados, essências, relações humanas, atitudes e valores com intuito de investigar grupos e segmentos delimitados e focalizados (Minayo, 2014).

Cenário do estudo

A pesquisa ocorreu na UTI destinada a COVID-19 de um hospital público geral, universitário e referência na região sul do Brasil no atendimento aos pacientes com COVID-19 durante a pandemia. Essa UTI possuía 135 leitos destinados a pacientes acometidos pela doença no momento da coleta de dados.

Fonte de dados

Foram convidados a participar da pesquisa todos os enfermeiros que atuavam na UTI destinada a pacientes com COVID-19 do hospital predefinido, totalizando 116 colaboradores. Determinou-se os seguintes critérios de inclusão: enfermeiros que se contaminaram pelo vírus SARS-CoV-2 e que verbalizaram ter algum teste, seja ele molecular, sorológico ou de antígeno, positivo durante o período de atuação no enfrentamento da pandemia. Elencou-se como critérios de exclusão: enfermeiros que estavam afastados ou em licença no momento da coleta de dados, independente da causa de afastamento.

A partir disso, o presente estudo obteve a participação de 14 enfermeiros, que afirmaram já terem sido contaminados pelo vírus. Os entrevistados foram identificados pelo código “E” (de enfermeiros) seguido pelo algarismo correspondente a ordem em que foram entrevistados.

A pesquisa foi divulgada no formato online através do e-mail da UTI da instituição, no intuito de respeitar os protocolos de distanciamento social no contexto da pandemia.

Coleta e organização dos dados

Após a identificação do primeiro voluntário interessado, foi utilizado a técnica de amostragem denominada “bola de neve”. A técnica de amostragem intencional “*snowball*” (bola de neve), foi conceitualmente projetada como um método de recrutamento que oferece um mecanismo com objetivo de superar os desafios associados às dificuldades de convite aos sujeitos na participação em projetos de cuidados em saúde (Sadler *et al.*, 2010).

As entrevistas aconteceram no período de Novembro de 2021 a Janeiro de 2022, com duração média de 45 minutos, executadas em formato online pela plataforma *Google Meet* com a pesquisadora responsável e com cada entrevistado. Para atender ao período intrínseco à pandemia da COVID-19 e respeitando os protocolos de medidas de distanciamento social, as entrevistas foram previamente agendadas e realizadas fora do horário de trabalho do profissional, conforme disponibilidade do mesmo.

Como instrumento de coleta, recorreu-se a uma entrevista semiestruturada contendo questões fechadas e abertas sobre os desafios e as estratégias utilizadas pelos enfermeiros de uma UTI que foram contaminados por SARS-CoV-2.

A coleta de dados ocorreu até a saturação dos dados. Dessa forma, quando nenhum dado novo relevante é encontrado, sem alterar o conhecimento do fenômeno estudado, é um critério da validação de um conjunto de dados (Minayo, 2014).

Análise dos dados

Os dados foram submetidos à Análise Temática de Conteúdo, que consiste em descobrir os núcleos de sentido que compõem uma comunicação. Essa técnica é descrita em três etapas, composta por: pré-análise; exploração do material e tratamento dos resultados e interpretação (Minayo, 2014).

Na primeira etapa, pré-análise, determinou-se a organização das informações através da análise e leitura flutuante do material, das unidades de registro do texto e a forma de categorização dos conceitos teóricos. Essa etapa permite o surgimento de novas hipóteses e o alinhamento dos conceitos emergentes. A segunda etapa, Exploração do material, consistiu-se pela classificação e agregação das informações obtidas, escolhendo as categorias teóricas ou empíricas que comandaram a especificação do tema. No Tratamento dos resultados obtidos e interpretação, terceira etapa, os dados foram submetidos a procedimento que possibilitou colocar em relevância as informações obtidas. Assim, evidenciou-se ideologias, tendências e outras características que foram analisadas, interpretadas e fundamentadas na literatura (Minayo, 2014).

Após a análise das informações, emergiram duas categorias analíticas: Desafios vivenciados por enfermeiros contaminados por SARS-Cov-2, relacionados ao isolamento social, ao retorno ao trabalho e à Síndrome pós-COVID-19; e Estratégias utilizadas por enfermeiros contaminados por SARS-Cov-2, sendo contato online com familiares, práticas para o bem-estar e terapia.

Aspectos éticos

O estudo teve aprovação no Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da instituição sob o número 4.988.714 (CAEE 49959521.7.0000.5327). Todos os direitos e deveres foram atendidos, sendo firmados pelo Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) enviado e assinado em formato online pelos entrevistados, ficando uma cópia idêntica com o participante e outra com a pesquisadora. O estudo respeitou e apoiou-se nas orientações e disposições exigidas pela Resolução Nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e nos aspectos apresentados no Ofício Circular Nº 2/2021 da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), que aborda as etapas de estudos realizados em ambiente virtual (Brasil, 2012; Brasil, 2021).

3. Resultados

Desafios dos enfermeiros contaminados por SARS-CoV-2

Nesta categoria, os enfermeiros verbalizaram que a partir da contaminação pelo vírus SARS-CoV-2 vivenciaram desafios relacionados ao isolamento social, ao retorno ao trabalho e à Síndrome pós-COVID-19.

O isolamento social foi mencionado pelos entrevistados como um desafio vivenciado a partir da contaminação por SARS-CoV-2. Com a percepção dos primeiros sinais e sintomas da doença e o aguardo de resultados de testes, os participantes relataram o desafio de permanecer em distanciamento total e enfrentar os sentimentos negativos relacionados a essa mudança no cotidiano.

> *Depois de um tempo no isolamento tu já começa até a ficar um pouco depressivo, porque tu não sai de casa, tu não vê ninguém, no máximo é uma videochamada, mas tudo é muito superficial. Então ter essa limitação eu acho que dá um pouco de ansiedade, uma angústia [...] Tu acaba ficando meio deprimido por causa do isolamento.* (E10)

O retorno ao trabalho após o período de isolamento e acometimento por COVID-19 tornou-se um desafio diante das vivências e da recuperação dos sintomas físicos e psicológicos persistentes do momento de adoecimento. Essa retomada à rotina de trabalho foi considerada pelos enfermeiros uma dificuldade vivenciada a partir da contaminação.

> *Não tinha vontade de voltar a trabalhar, eu fiquei com pânico do trabalho [...] Eu tinha banco de horas e fazia de tudo para não voltar, parece que eu questionei até a minha profissão: "Por que eu escolhi a enfermagem? Por que é tudo só sofrimento? Que vida é essa? Por que a cabeça tá cheia". É horrível, tu só vê coisas ruins, e perde as esperanças.* (E8)

A doença apresenta sintomas físicos e mentais durante a fase ativa do vírus no organismo. Os enfermeiros verbalizaram que mesmo após o período de isolamento e transmissão viral, a Síndrome pós-COVID-19 impactou negativamente a retomada da rotina, sendo um fator desafiador que atingiu os aspectos físicos e psíquicos no dia a dia.

> *Eu tive muito cansaço quando retornei à rotina, a questão da memória ficou afetada [...] Eu notei que durante a passagem de plantão pela manhã era mais difícil de realizar essa tarefa [...] O cansaço é incomum mesmo.* (E3)

O período de contaminação expôs as dificuldades vivenciadas pelos entrevistados. O contexto do isolamento social despertou sentimentos negativos relacionados aos sintomas físicos da doença, resultando em uma experiência desafiadora. Retornar a rotina e ao trabalho após a adversidade do contágio, com sintomas persistentes e a carga emocional do contexto, impactou a qualidade de vida no âmbito pessoal e profissional dos trabalhadores.

Estratégias utilizadas pelos enfermeiros contaminados por SARS-CoV-2

Frente aos desafios vivenciados a partir da contaminação pelo SARS-CoV-2 identificados pelos os entrevistados deste estudo, também foram elencadas as estratégias utilizadas pelos mesmos, no período do adoecimento. As estratégias mencionadas pelos entrevistados foram contato online com familiares, práticas para o bem-estar e terapia.

Uma das estratégias citada pelos entrevistados foi o contato diário, a distância, através de redes sociais e de ligações *online* com familiares no período ativo da doença. Os enfermeiros relataram que a utilização dessa estratégia favoreceu o sentimento de acolhimento e presença de familiares mesmo durante o período de adoecimento e de isolamento social.

> *Fazia videochamada com meu pai e minha mãe, eu ficava falando, conversando por vídeo, contava como eu estava me sentindo no dia. Falava com algumas amigas no grupo. Fazia um diário do que eu estava sentindo naquele dia.* (E12)

Em consonância com o contato *online* com familiares, outra estratégia utilizada pelos enfermeiros a partir da contaminação foi a busca de práticas para o bem-estar pessoal. Diante dos desafios vivenciados pelos entrevistados no período de adoecimento, os sujeitos realizaram práticas como assistir programas de entretenimento, ouvir música, fazer meditação e atividade física.

> *Foi a meditação e a atividade física que eu mantive durante toda a pandemia e durante o isolamento também. Foram essas as estratégias principais.* (E4)

O acompanhamento psicológico através da terapia também foi uma estratégia utilizada pelos enfermeiros no período de acometimento pela COVID-19. Foi verbalizado por esses profissionais, durante as entrevistas, que os mesmos viram necessidade de buscar auxílio terapêutico profissional diante dos sentimentos de ansiedade, como uma prática ao autocuidado em relação à própria saúde mental.

> *A saúde mental foi uma coisa que eu perdi um pouco com o isolamento, eu fiquei muito ansiosa. Inclusive estou fazendo acompanhamento, fazendo psicoterapia em função disso, por que de fato eu senti necessidade de ajuda nesse sentido.* (E1)

A busca por estratégias no momento de adoecimento expôs a necessidade de amenizar os desafios frente ao contágio. As práticas para o bem-estar escolhidas por cada profissional, de acordo com sua realidade e preferência, puderam auxiliar no enfrentamento às repercussões negativas da doença, sendo um recurso de autocuidado.

4. Discussão

Com a necessidade de isolamento social para evitar a propagação da doença, o período de distanciamento traz consigo desafios provocados pelas vivências desse momento (Schmidt *et al.*, 2020).

As repercussões psicossociais são frequentemente identificadas em pessoas submetidas às medidas de isolamento e afastamento social. Esse isolamento se configura como determinante para os comprometimentos da saúde mental do indivíduo, estando, na maioria dos estudos, associadas ao desenvolvimento ou a intensificação de sintomas de ansiedade e depressão (Dal'Bosco *et al.*, 2020; Rocha *et al.*, 2021).

O isolamento, em um cenário de imprevisibilidade e incertezas como da pandemia, expõe os sujeitos a situações estressantes. O rompimento de vínculos sociais e o afastamento das atividades laborais em formato presencial diante da contaminação e de adoecimento comprometem a qualidade de vida e condição de saúde das pessoas contaminadas (Moura *et al.*, 2022).

Além disso, os desafios frente à solidão e a perda de autonomia ocasionados pelo momento da contaminação pela doença impactam na saúde mental de profissionais durante a pandemia, relacionados às emoções frente a perda de autonomia e da liberdade, como também de sentirem-se sozinhos (Ornell *et al.*, 2020).

Após o desafio do período de isolamento, o retorno ao trabalho no cuidado de enfermagem ao paciente crítico com COVID-19 gerou sentimentos de ansiedade, medo, frustração, tristeza e pânico relatados pelos enfermeiros. Voltar ao ambiente estressante de trabalho na UTI foi desafiador para os entrevistados já sensibilizados após seu afastamento pela doença (Ornell *et al.*, 2020).

Nos serviços de saúde, a enfermagem corresponde ao maior número de trabalhadores, cujo trabalho é focado no ato de cuidar, envolvendo uma ligação direta entre profissional e paciente (Dal'Bosco *et al.*, 2020). Nesse sentido, a UTI consiste em um serviço de alta complexidade, no qual esses trabalhadores vivenciam frequentemente situações relacionadas ao sofrimento, dor e possibilidade de morte (Nascimento *et al.*, 2021).

Tal situação, em consonância aos relatos dos participantes, revela a sobrecarga emocional associada a fatores referentes à atividade laboral em ambiente crítico intensificadas após a contaminação pelo vírus. A insegurança dos profissionais no ambiente de trabalho durante a pandemia trouxe sentimentos de angústia, desesperança, insatisfação com a profissão e vivência constante de medo (Queiroz *et al.*, 2021).

A presença de repercussões psicossociais foi referente à retomada da rotina na instituição de trabalho dos entrevistados, no qual muitos relataram os desafios relacionados à Síndrome Pós-COVID-19. Essa síndrome apresenta sintomas de longo prazo da doença, após o período ativo de transmissão viral. Os acometimentos que persistem por mais de duas ou três semanas após o início da fase aguda da doença, podem ser considerados pertencentes a essa síndrome (Fernández-de-Las-Peñas *et al.*, 2021).

Estima-se que mais de 60% dos sobreviventes apresentam ao menos um sintoma por mais de um mês após início da doença ou da hospitalização (Fernández-de-Las-Peñas *et al.*, 2021). Os sintomas mais frequentes da síndrome são relacionados à fadiga e ao cansaço extremo, evidenciados nas falas dos entrevistados. Além disso, a perda de memória e dificuldade de concentração também são relatadas como sintomas tardios da COVID-19.

Apesar da persistência dos sintomas a longo prazo da doença, os trabalhadores necessitaram retornar ao ambiente laboral após o período de transmissão viral. Assim, enfrentaram esse desafio da síndrome Pós-COVID-19 durante seu processo de trabalho, sendo um fator perturbador nessa fase de retorno à rotina (Fernández-de-Las-Peñas *et al.*, 2021).

Diante das dificuldades verbalizadas pelos entrevistados a partir do adoecimento, é fundamental que os trabalhadores que foram acometidos pelo vírus busquem estratégias e acompanhamento de profissionais para amenizar os impactos da doença. As estratégias nesse contexto têm o objetivo de melhorar o bem-estar pessoal, sendo um recurso de enfrentamento individual (Oliveira *et al.*, 2022).

A utilização de estratégias é essencial em situações de crises ou emergências, como no contexto pandêmico, tendo em vista que cada pessoa possui formas distintas que beneficiam seu bem-estar. Essas práticas auxiliam a população na superação de situações estressoras como no momento da doença (Stone, 2020).

Nesse contexto, o contato online com familiares por meio de ligações telefônicas, mensagens de textos, áudios e vídeos, essas estratégias atuaram no fortalecimento das redes de apoio no período de contágio do vírus. Dessa forma, desempenharam um papel fundamental na aproximação de familiares e intensificação das relações, fornecendo suporte e amparo para os indivíduos no período de infecção viral (Duarte *et al.*, 2021).

As ligações e chamadas de vídeos *online* proporcionaram momentos de compartilhamento de sentimentos e de preocupações presentes nessa situação. A utilização de tecnologias de vídeo chamadas e ligações foi um fator positivo no período de isolamento. Através das ligações, os profissionais contaminados puderam manter o contato com familiares, sendo uma forma de aproximação frente a impossibilidade de contato presencial (Duarte *et al.*, 2021).

O apoio familiar representa uma significativa estratégia na promoção do bem-estar dos enfermeiros contaminados pelo vírus. Os vínculos estabelecidos são considerados como suporte físico, social e psíquico a esses trabalhadores. Nesse sentido, as tecnologias atuaram como aliadas possibilitando a continuidade das relações mesmo durante o período de isolamento. A presença, mesmo de forma remota, contribuiu para a diminuição de sentimentos de solidão e tristeza (Du *et al.*, 2020).

A realização de práticas para o bem-estar durante o período de distanciamento social pode ajudar na manutenção da saúde mental e na diminuição de sentimentos negativos, sendo uma maneira de enfrentamento nesse período. Nesse sentido, a redução dos prejuízos à saúde mental está associada com a adoção de técnicas que auxiliam na resiliência de cada indivíduo (Duarte *et al.*, 2021; Du *et al.*, 2020).

As declarações dos enfermeiros sobre intervenções e técnicas como a meditação, exercícios de respiração e música para relaxamento foram elencadas boas ferramentas para a sustentação e manutenção da saúde mental em períodos de estresse e ansiedade (Duarte *et al.*, 2021; Moreira *et al.*, 2021; Ibiapina *et al.*, 2022).

Frente às consequências psicológicas neste cenário de contaminação, destaca-se a importância do cuidado em saúde mental e a busca de terapia online pelos enfermeiros nesse período. Considerando o uso de diferentes recursos para a assistência psicológica, essa estratégia apresentou melhoria na qualidade de vida nos indivíduos que buscaram auxílio de profissionais qualificados durante o período de isolamento social. Assim, a terapia é fundamental no estágio agudo da doença, assim como no momento da reabilitação e retorno ao convívio social após tempo de contágio (Liu *et al.*, 2020).

Portanto, essas estratégias puderam auxiliar os enfermeiros contaminados no reconhecimento e ressignificação dos próprios sentimentos e demandas internas, visando ao seu bem-estar e sanidade mental. Dessa forma, cada profissional buscou uma estratégia individual em um momento de sofrimento gerado pela contaminação, buscando minimizar os efeitos negativos do isolamento social.

Limitações do estudo

A pesquisa é inovadora em sua concepção, contudo provém das vivências de enfermeiros de uma determinada UTI que foram contaminados, não incluindo outros membros da equipe de enfermagem ou mesmo da equipe multiprofissional, o que contribuiria para melhor compreensão desse fenômeno. Além disso, tratou-se de um estudo no qual foi realizada a coleta de dados de forma remota, dificultando a percepção do pesquisador sobre outras esferas subjetivas provenientes de uma entrevista presencial. Sugerem-se novos estudos que abordem tais perspectivas visando ampliar a discussão pautada no contexto pandêmico vivenciado.

Contribuições para a Área

Os resultados deste estudo oferecem informações que possibilitam refletir sobre a realidade do contexto pandêmico que muitos enfermeiros de UTIs experienciaram durante a contaminação. Desse modo, os desafios e estratégias utilizados aqui relatados oportunizaram que esses atores sociais pudessem refletir e verbalizar sobre sua vivência de contaminação, que gerou repercussões na sua saúde física e mental. Assim, a presente pesquisa contribuiu para trazer à tona essa realidade, visto que o cotidiano de trabalho com pacientes críticos da COVID-19 exigiu uma grande demanda física e principalmente psíquica somados às repercussões do adoecimento desses profissionais.

5. Considerações Finais

Esse estudo possibilitou analisar os desafios e estratégias utilizadas por enfermeiros de uma UTI que foram contaminados por SARS-CoV-2.

Na primeira categoria, os desafios identificados foram relacionados ao isolamento social, retorno ao trabalho e síndrome Pós-COVID-19. Esse período de vulnerabilidade dos entrevistados despertou sentimentos negativos somados aos sintomas físicos da doença, resultando em um momento repleto de incertezas e inseguranças. A carga emocional gerada nesse momento repercutiu em todas as esferas da vida desses trabalhadores, dificultando o retorno à rotina na UTI.

Já na segunda categoria, as estratégias utilizadas pelos entrevistados relacionaram-se ao contato online com familiares, práticas ao bem-estar e terapia. A adoção de diferentes maneiras de enfrentamento nesse cenário de contaminação auxiliou os enfermeiros a diminuir as repercussões negativas do adoecimento.

Diante das falas de cada enfermeiro entrevistado, foi possível promover um ambiente reflexivo e acolhedor para que esses trabalhadores compartilhassem os desafios e as estratégias nesse período de vulnerabilidade física e psíquica. As vivências desse período foram transformadoras para os sujeitos do estudo, pois na posição de paciente, experienciaram sentimentos até então não vivenciados, inclusive o de empatia.

Considerando a relevância da temática, evidencia-se a importância de novos estudos que promovam o conhecimento e compreensão das repercussões relacionadas ao adoecimento a médio e a longo prazo, incluindo outros atores da equipe multidisciplinar. Por fim, a presente pesquisa possibilitou ampliar a produção científica do conhecimento acerca desse tema, contribuindo também como ferramenta de gestão, planejamento e avaliação das políticas de atenção à saúde dos trabalhadores.

Referências

COFEN. (2020). Covid-19: Enfermeiros e Técnicos se contaminam três vezes mais do que os Médicos. Biblioteca Virtual de Enfermagem. http://www.cofen.gov.br/covid-19-enfermeiros-e-tecnicos-se- contaminam-tres-vezes-mais-do-que-os-medicos_81271.html.

Dal'Bosco, E. B., Floriano, L. S. M., Skupien, S. V., Arcaro, G., Martins, A. R. & Anselmo, A. C. C. (2020). Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital. *Rev Bras Enferm.*, 73(2), e20200434. 10.1590/0034-7167-2020-0434.

Duarte, M. L. C., Silva, D. G. & Bagatini, M. M. C. (2021). Nursing and mental health: a reflection in the midst of the coronavirus pandemic *Rev Gaúcha Enferm.*, 42, e20200140. 10.1590/1983-1447.2021.20200140.

Du, J., Dong, L., Wang, T., Yuan, C., Fu, R., Zhang, L., *et al.* (2020). Psychological symptoms among frontline healthcare workers during COVID-19 outbreak in Wuhan. *Gen Hosp Psychiatry*, 67, 144-45. 10.1016/j.genhosppsych.2020.03.011.

Fernández-de-Las-Peñas, C., Palacios-Ceña, D., Gómez-Mayordomo, V., Florencio, L. L., Cuadrado, M. L., Plaza-Manzano, G., *et al.* (2021). Prevalence of post-COVID-19 symptoms in hospitalized and non-hospitalized COVID-19 survivors: A systematic review and meta-analysis. *Eur J Intern Med.*, 92, 55-70. 10.1016/j.ejim.2021.06.009.

Ibiapina, A. R., Lopes-Junior, L. C., Veloso, L. U., Costa, A. P., Silva Júnior, F. J., Sales, J. C., *et al.* (2022). Effects of music therapy on anxiety and depression symptoms in adults diagnosed with mental disorders: a systematic review. *Acta Paul Enferm.*, 35, eAPE002212. 10.37689/acta-ape/2022AR02212.

Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y.T., Liu, Z., Hu, S., *et al.* (2020). Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry*, 7(4):e17-e18. 10.1016/S2215-0366(20)30077-8.

Minayo, M. C. S. (2014). *O desafio do conhecimento:* pesquisa qualitativa em saúde. (14a ed.), Ed. Hucitec.

Ministério da Saúde (BR). (2012). *Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012.* Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil [Internet], Brasília, DF. http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf.

Ministério da Saúde (BR). (2021). *Ofício Circular Nº 2/2021/CONEP/CNS/MS.* Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual [Internet]. Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. Brasília, DF. http://conselho.saude.gov.br/images/Oficio_Circular_2_24fev2021.pdf.

Moreira, W. C., Sousa, K. H. J. F., Sousa, A. R., Santana, T. S., Zeitoune, R. C. G. & Nóbrega, M. P. S. S. (2021). Mental health interventions implemented in the COVID-19 pandemic: what is the evidence? *Rev Bras Enferm.*, 74 (Suppl 1), e20200635. 10.1590/0034-7167-2020-063

Moura, A. A. M., Bassoli, I. R., Silveira, B. V., Diehl, A., Santos, M. A., Santos, R. A, *et al.* (2022). Is social isolation during the COVID-19 pandemic a risk factor for depression? *Rev Bras Enferm.*, 75, (Suppl 1), e20210594. 10.1590/0034-7167-2021-0594.

Nascimento, R. B., Araújo, I. F. L., Vieira, É. S., Oliveira, A. C. A. & Araújo, R. L. M. S. (2021). Estratégias de enfrentamento para manutenção da saúde mental do trabalhador em tempos de Covid-19: Uma Revisão Integrativa. *Rev Psi Divers Saúde*, 10(1), 181-97. 10.17267/2317-3394rpds.v10i1.3201.

Oliveira, R. C. S., Amaral, L. M. B., Silva, A. B. D., Brandão, A. S., Teixeira, F. T. B., Maia, L. C., *et al.* (2022). Síndrome pós-COVD-19: breve revisão sistemática. *Brazilian Journal of Health Review*, 5(2), 5714-29. 10.34119/bjhrv5n2-150.

Ornell, F., Halpern, S. C., Kessler, F. H. P. & Narvaez, J. C. M. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. *Cad. Saúde Pública*, 36(4), e00063520. 10.1590/0102-311X00063520.

Queiroz, A. M., Sousa, A. R., Moreira, W. C., Nóbrega, M. P., Santos, M. B., Barbossa, L. J., *et al.* (2021). The novel COVID-19: impacts on nursing professionals' mental health? *Acta Paul Enferm*, 34, eAPE02523. 10.37689/actaape/2021AO02523.

Rocha, D. M., Silva, J. S., Abreu, I. M., Mendes, P. M., Leite, H. D. C. S. & Ferreira, M. C. S. (2021). Efeitos psicossociais do distanciamento social durante as infecções por coronavírus: revisão integrativa. *Acta Paul Enferm.*, 34, eAPE01141. 10.37689/acta-ape/2021AR01141.

Sadler, G. R., Lee, H. C., Lim, R. S. & Fullerton, J. (2010). Recruitment of hard-to-reach population subgroups via adaptations of the snowball sampling strategy. *Nurs Health Sci.*, 12(3), 369-74. 10.1111/j.1442-2018.2010.00541.x.

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). *Estud. Psicol.*, 37, e200063. 10.1590/1982-0275202037e200063.

Stone, L. (2020). Coping during a pandemic. *Aust J Gen Pract.*, 49, 10.31128/AJGPCOVID-19. 10.31128/AJGPCOVID-19.

Valente, J. (2020). Covid-19: 257 mil profissionais de saúde foram infectados no Brasil. Agência Brasil. Retrieved Jan 05, 2021, from: https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-08/covid-19-257-mil-profissionais-de-saude-foram-infectados-no-brasil.

WHO. Organização Pan-Americana de Saúde OPAS (2020). Folha informativa COVID-19 – 2020: doença causada pelo novo coronavírus. https://www.paho.org/pt/covid19.