

Uma reflexão sobre saúde mental do enfermeiro emergencista no contexto da pandemia pelo Covid-19

A reflection on the mental health of the emergency nurse in the context of the pandemic by Covid-19

Una reflexión sobre la salud mental de la enfermera de emergencia en el contexto de la pandemia por Covid-19

Recebido: 14/05/2020 | Revisado: 18/05/2020 | Aceito: 25/05/2020 | Publicado: 03/06/2020

Francisco Glauber Peixoto Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3980-7253>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Brasil

E-mail: fgpf.glauber@hotmail.com

Alexsandro Batista de Alencar

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7348-6772>

Conselho Regional de Enfermagem – Ceará, Brasil

E-mail: alexssandro.alencar@hotmail.com

Simony Lima Bezerra

ORCID: <https://lattes.cnpq.br/7862462698391616>

Faculdade Paulo Picanço, Brasil

E-mail: simonytata@hotmail.com

Albertina Antonielly Sydney de Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1625-1889>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Brasil

E-mail: albertina_sousa@unilab.edu.br

Carolina Maria de Lima Carvalho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5173-5360>

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Brasil

E-mail: carolinacarvalho@unilab.edu.br

Resumo

As pandemias são eventos de natureza coletiva que tem como principal característica a manifestação de alguma doença infecciosa, altamente transmissível e com grande poder de letalidade. O espectro clínico da infecção por Covid-19 parece ser amplo, envolvendo desde uma infecção assintomática, ou leves alterações no trato respiratório com presença de rinorreia, espirros, dor de garganta e tosse, até casos mais graves de pneumonia viral. Objetivou-se realizar uma reflexão a respeito das condições de saúde mental de equipes de enfermagem que atuam em setores de urgência e emergência no contexto da pandemia da Covid-19. Como também, promover por meio da discussão, estratégias que possam ser usadas em prol de prevenir danos psicológicos nesses colaboradores. Realizou-se um o levantamento bibliográfico por meio de uma busca exploratória de produções científicas na Biblioteca Virtual em saúde (BVS) direcionado para as seguintes bases de dados: Scientific Eletronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Literatura Internacional em Ciências da Saúde (Medline). Em complemento, também foi utilizado teses e dissertações que tinha temáticas correlacionadas, além de protocolos direcionadores conforme mencionados anteriormente. Com isso, construiu-se pontos da discussão reflexiva baseada em eixos norteadores referente a experiência inicial com a pandemia, a rotina e alternativas de cuidados com a saúde mental. A referente reflexão pode levantar pontos importantes que merecem atenção sobre os cuidados com a saúde mental da equipe de enfermagem que atua diretamente em nos setores de urgência e emergência durante esse período de pandemia.

Palavras-chave: Saúde mental; Enfermagem; Urgência/Emergência; Pandemia; Covid-19.

Abstract

Pandemics are events of a collective nature whose main characteristic is the manifestation of an infectious disease, highly transmissible and with great lethality. The clinical spectrum of Covid-19 infection appears to be broad, ranging from asymptomatic infection, or slight changes in the respiratory tract with the presence of rhinorrhea, sneezing, sore throat and cough, to more severe cases of viral pneumonia. The objective was to conduct a reflection on the mental health conditions of nursing teams working in urgent and emergency sectors in the context of the Covid-19 pandemic. As well as, promote through discussion, strategies that can be used in order to prevent psychological damage in these employees. A bibliographic survey was carried out through an exploratory search for scientific productions in the Virtual Health Library (VHL) directed to the following databases: Scientific Eletronic Library Online

(Scielo), Latin American and Caribbean Literature in Life Sciences. Health (Lilacs) and International Health Sciences Literature (Medline). In addition, theses and dissertations that had related themes were also used, in addition to guiding protocols as mentioned previously. With this, points were built for reflective discussion based on guiding axes regarding the initial experience with the pandemic, the routine and alternatives of mental health care. The related reflection can raise important points that deserve attention about the mental health care of the nursing team that works directly in the urgent and emergency sectors during this pandemic period.

Keywords: Mental health; Nursing; Urgency/Emergency; Pandemic; Covid-19.

Resumen

Las pandemias son eventos de carácter colectivo cuya característica principal es la manifestación de una enfermedad infecciosa, altamente transmisible y con gran letalidad. El espectro clínico de la infección por Covid-19 parece ser amplio, desde infección asintomática o cambios leves en el tracto respiratorio con la presencia de rinorrea, estornudos, dolor de garganta y tos, hasta casos más graves de neumonía viral. El objetivo era realizar una reflexión sobre las condiciones de salud mental de los equipos de enfermería que trabajan en sectores urgentes y de emergencia en el contexto de la pandemia de Covid-19. Así como, promueva a través de la discusión, estrategias que pueden usarse para prevenir el daño psicológico en estos empleados. Se realizó una encuesta bibliográfica a través de una búsqueda exploratoria de producciones científicas en la Biblioteca Virtual en Salud (BVS) dirigida a las siguientes bases de datos: Biblioteca Científica Electrónica en línea (Scielo), Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Vida. Salud (Lilacs) y Literatura Internacional de Ciencias de la Salud (Medline). Además, también se utilizaron tesis y disertaciones que tenían temas relacionados, además de protocolos de guía como se mencionó anteriormente. Con esto, se construyeron puntos para una discusión reflexiva basada en ejes guía con respecto a la experiencia inicial con la pandemia, la rutina y las alternativas para la atención de la salud mental. La reflexión relacionada puede plantear puntos importantes que merecen atención sobre la atención de salud mental del equipo de enfermería que trabaja directamente en los sectores de urgencia y emergencia durante este período de pandemia.

Palabras clave: Salud mental; Enfermería; Urgencia/Emergencia; Pandemia; Covid-19.

1. Introdução

Historicamente a humanidade vem sendo acometida por eventos diversos que impactam na dinâmica social e no modo de vida dos indivíduos. Tais acontecimentos, sejam eles considerados positivos ou negativos, quando surgem trazem consigo a necessidade de adaptação dos sujeitos, levando em conta que impulsionam novas formas de compreensão dos fatos e com isso uma reestruturação subjetiva que repercute na dimensão do seu bem-estar.

Nessa perspectiva, no contexto do campo da saúde, o surgimento de uma pandemia não foge à regra, uma vez que, mesmo por se tratar de evento esporádico, interfere diretamente na rotina habitual das pessoas, refletindo em mudanças num curto espaço de tempo. Esse tipo de ocorrência tem modificado durante todo o percurso histórico, o modo como a humanidade lida com grandes problemáticas (World Health Organization, 2012).

As pandemias são eventos de natureza coletiva que tem como principal característica a manifestação de alguma doença infecciosa, altamente transmissível e com grande poder de letalidade. Além disso, tem a capacidade de ultrapassar fronteiras territoriais podendo espalhar-se rapidamente por diversos países, acometendo um grande número de pessoas ao mesmo tempo (Ferreira, Franciscon e Oliveira, 2014; Castiglione, 1947).

Com relação ao impacto de eventos pandêmicos, é importante saber que as pandemias são fenômenos que, quando ocorrem, promovem transformações sociais com destacadas repercussões pelo mundo. Nesse quesito, traçamos como exemplo a “Praga de Justiniano” no século VI, a “Peste Negra” com ocorrência no século XIV, até a “Gripe Espanhola” no século XX, que dizimaram milhares de pessoas, transformaram economias, incutiram novos comportamentos, outras culturas e fizeram com que fosse reconhecido o valor dos sistemas públicos de saúde (Senhoras, 2020).

Ainda na temática, o Brasil convive com a mais nova tragédia humanitária, declarada pela Organização Mundial de Saúde como uma emergência de saúde pública de âmbito internacional, reconhecida mundialmente como doença do Corona vírus 2019 ou Covid-19 (Organização Pan-Americana da Saúde, 2020). Essa por sua vez, trata-se de uma patologia infecciosa aguda grave do sistema respiratório, causada pelo vírus Sars-CoV-2, tendo ampla capacidade de transmissão e distribuição global. A sua disseminação entre humanos ocorre principalmente pela via respiratória por meio de secreções como aerossóis ou por gotículas

expelidas por um indivíduo infectado, além do contato indireto com pessoas saudáveis (Rothan & Byrareddy, 2020).

No que se refere ao espectro clínico da infecção por COVID-19, este parece ser amplo, envolvendo desde uma infecção assintomática, ou leves alterações no trato respiratório com presença de rinorreia, espirros, dor de garganta e tosse, até casos mais graves de pneumonia viral evoluindo para insuficiência respiratória podendo levar a morte. Também são identificadas manifestações em outros sistemas corporais entre eles o cardiovascular e o gastrointestinal (Zhou, Yu, Du, Fan, Liu, Liu, 2020; Rothan & Byrareddy, 2020).

Sem tratamento medicamentoso específico definido, sendo esta questão uma preocupação mundial, essa pandemia configura-se como uma situação de saúde que demanda uma praticabilidade mais especializada quanto ao agravamento de casos positivos, tendo, principalmente nos serviços da Atenção Terciária, o local de atendimento imediato visando respostas rápidas e seguras para o suporte à vida (Oliveira, 2020; Valero-Cedeño, Mina-Ortiz, Veliz-Castro, Merchán-Villafuerte & Perozo-Mena, 2020).

O Sistema Único de Saúde (SUS) é o sistema de saúde público brasileiro pelo qual a população tem acesso a atenção em saúde, dada a sua complexidade e capacidade de alcance. Possui uma rede ampla que abrange ações e serviços, entre os quais estão os serviços de urgência e emergência que, juntamente com outros pontos de atenção, compõem as bases de apoio na abordagem ora denominada primeira linha de atenção, considerando que o trabalho de enfrentamento do agravamento dos quadros da COVID-19 se dá inicialmente nesse componente da rede (Armengol & Lima, 2020).

Nesse sentido, muitos profissionais de saúde são convocados a prestar os primeiros atendimentos, entre estes, a equipe de enfermagem nos serviços de urgência e emergência, se posicionam desde a entrada do indivíduo acometido pela COVID-19, no seguimento da assistência imediata visando a estabilização, até a conclusão do manejo que poderá ter inúmeros desfechos.

Como profissionais de saúde que estão na linha de frente da assistência aos casos da COVID-19, seja pela natureza do trabalho e sua capacidade técnica, seja por serem a maior categoria profissional no campo da saúde ou até mesmo por serem os únicos agentes do cuidado a permanecerem 24 horas ao lado do paciente, a equipe de enfermagem desempenha um papel essencial no enfrentamento da pandemia. De modo a se classificar, como mais expostos à infecção, bem como aos seus impactos (Souza, Souza & Souza, 2020).

Nesse contexto, considerando especificamente a equipe de Enfermagem de setores críticos como os de urgência e emergência hospitalar, salienta-se que esses profissionais passam por eventos cotidianos que exigem uma preparação psicológica para lidar com situações que exigem ações e intervenções rápidas e precisas, comuns desse cenário e que produzem desgaste emocional significativo.

Em complemento, Melo, Santos, Silva & Conceição (2019) apontam uma questão bem pertinente no que se refere a invisibilidade das psicopatologias que acometem os profissionais de saúde, e que passam por despercebido na maioria das ocasiões. E no contexto das pandemias, Kuster & Bisogno (2010) destacam o despreparo de membros da equipe de enfermagem em lidar com o processo de perda, proporcionando sofrimentos tais como angústia, medo e insegurança em ambientes extra e intra-hospitalar.

Com isso, percebe-se a necessidade de um enfoque sobre o sofrimento psíquico, existente nos processos de cuidar relacionados ao impacto que a pandemia da COVID-19 pode acarretar, principalmente sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam prestando cuidados diretos as pessoas afetadas, e que demandam atenção nos serviços públicos de urgência e emergência.

Por se tratar de processos de trabalho que exigem grande carga de complexidade, a equipe de enfermagem tende a se sentir pressionada e receosa na realização de procedimentos e condutas, visto que a vida de terceiros se encontram em condições de fragilidade (Cerqueira, Araújo, Alves, Santos & Rocha, 2018). Do mesmo modo, a suas próprias vidas são postas em risco, por estarem prestando cuidados a indivíduos com uma doença infecciosa com alto poder de transmissão e letalidade, causando sofrimentos adicionais que na maioria das vezes não são abordados.

Diante do exposto, objetivou-se realizar uma reflexão teórica a respeito das condições de saúde mental de equipes de enfermagem que atuam em setores de urgência e emergência no contexto da pandemia da Covid-19. Como também, promover por meio da discussão, estratégias que possam ser usadas em prol de prevenir danos psicológicos nesses colaboradores.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo teórico-reflexivo que utilizou como material as produções científicas com foco no profissional de enfermagem atuante no setor de urgência e emergência hospitalar em meio a pandemia de Covid-19. Com relação a temática a pouca literatura

existente serviu apenas para nortear como ocorre o fluxo da doença e sua relação com os assistencialistas, como foi o caso dos protocolos emitidos pelo Ministério da Saúde e artigos descritivos na área.

O passo a passo metodológico incluiu o levantamento bibliográfico por meio de uma busca exploratória de produções científicas na Biblioteca Virtual em saúde (BVS) direcionado para as seguintes bases de dados: Scientific Eletronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Literatura Internacional em Ciências da Saúde (Medline). Em complemento, também foi utilizado teses e dissertações que tinha temáticas correlacionadas devido à pouca produtividade por se tratar de um evento recente, além de protocolos direcionadores conforme mencionados anteriormente.

Para tanto, os descritores utilizados foram, “Saúde Mental”; Urgência e Emergência”; “Pandemia” e “Covid-19” na respectiva língua portuguesa. Em seguida, optou-se pela análise através de fichamento baseado nas discussões mais significativas, de modo a se estruturar por assunto as principais informações, além de selecionados autores que mantinha uma conexão com o assunto correspondendo a cada eixo pré-estabelecido como: contato e condições psicológicas; a assistência em meio a pandemia e medidas alternativas em prol dos cuidados com a saúde mental desses colaboradores. A referente busca não seguiu um pressuposto quantitativo, como apresenta a maioria das revisões, mas sim um apurado subjetivo para consolidar a discussão e se promover uma reflexão lógica com referências em assuntos atuais.

Dentro da referente temática e perspectiva, o arsenal teórico tem por objetivo promover uma abordagem qualitativa, evidenciando a interpretação e análise dos elementos obtido por meio da pesquisa bibliográfica realizada (Minayo, 2006). A construção desse artigo baseou-se na sistematização de informações sobre questão específicas, formando por consequência um objeto de conhecimento através das afirmações encontradas (Lopes, 2006).

3. Resultados e Discussão

Com base nos achados, optou-se por se promover uma discussão em torno de eixos norteadores, em que o primeiro trata da relação de pandemia e como ocorre o processamento e adaptação psicológica por parte dos profissionais, enquanto que o segundo aborda a assistência em si, já o terceiro retrata medidas de intervenção como proposta alternativa no amenizar de transtornos.

O primeiro contato com a pandemia e a necessidade de adaptação psicológica

Acredita-se que em meio a situações que fogem ao controle do ser humano há um desencadeamento de sentimentos que afetam a integridade psicológica dos acometidos, tais como, insegurança, ansiedade, medo, angústia e em último caso a depressão já instalada. Provavelmente entender a situação em sua magnitude gera um desconforto e sensação de impotência por aqueles que lidam diariamente com as perdas, atribuindo um significado de fracasso ou dever não cumprido.

O Covid-19 é um tipo de vírus que em pleno o ano de 2020 colocou os sistemas de saúde mundiais em situação de calamidade pública, em outras palavras, uma pandemia generalizada. Silva & Muniz (2020) expõe a doença como assustadora, servindo de pauta principal nos noticiários e mídias digitais exclusivamente em tempo integral. Ainda nesse fato, os autores apontam para a rapidez de contágio, duração do tratamento e as altas taxas de letalidade.

Sob tal enfoque, a Organização Mundial de Saúde (OMS) considera o Coronavírus, assim denominado, como uma ameaça global, que teve seu início em Wuhan na China no ano de 2019, ao qual foi disseminada por meio do tráfego aéreo. O morcego surge diante das investigações como principal transmissor afetando uma metrópole gigantesca com mais de 10 milhões de habitantes em curto período de tempo (Dong, Du & Gardner, 2020).

De qualquer forma, um dos maiores impactos causado pela pandemia está sendo o distanciamento social, que segundo Bittencourt (2020) se torna o cenário perfeito para o imaginário de massas, que pode de uma certa forma gerar o caos cognitivo de uma sociedade. Além disso, complementa se referindo a quarentena como algo incômodo, que tende a resultar em situações de ansiedade, estresse e angústia para o público em geral.

Diante dos fatos mencionados, no Ceará o número de casos tem aumentado exponencialmente a cada dia, principalmente na capital Fortaleza de acordo com a Secretaria de Saúde do Ceará (2020). Nesse intuito, um dos motivos da propagação está vinculado a aglomeração de pessoas em espaço delimitado, em que o patógeno encontra condições favoráveis na transmissão. Fica a cargo dos emergencista se adaptarem rapidamente a assistência nesses casos por meio de protocolos emitidos, como uma estratégia em reduzir a disseminação e contágio. Desse modo, as normas de manejo clínico são emitidas constantemente, já que não se pode mensurar o dinamismo da doença e abordagem correta, mas sim aquela que mais se adequa (Lima, 2020).

Eventualmente nesses atendimentos, a sintomatologia terminal exige da equipe um isolamento rápido dos suspeitos, de modo a padronizar somente o contato do profissional plantonista e capacitado. Lima et al., (2020) estabelece que as medidas de prevenção na visão de profissionais tornam-se um processo complexo e de caráter valioso mediante essa calamidade, cabendo uma compreensão ampla e uma visão técnica mais avançadas dentro das exigências.

É notória que a pressão constante das equipes atuantes é inegociável, pois estão lidando com um perigo eminente em que a menor falha pode inverter os lugares de quem cuida para o de quem será cuidado. Por conseguinte, é impossível deixar de lado a singularidade humana diante do sofrimento, assim, além da técnica a ser exercida com perfeição, após o atendimento o retorno ao convívio familiar leva a preocupação e a angústia por colocar a saúde destes em perigo.

Muito se tem discutido sobre as medidas preventivas contra o Covid-19, como exemplo no caso de suspeita. Bortoluzzi, Cavalcanti & Ely (2020) alega sobre a necessidade de instalação de estruturas padrões como quarto com pressão positiva e exaustores. Convém mencionar que por se tratar de uma pandemia generalizada muitos hospitais que oferecem serviços de urgência e emergência não possuem orçamento para tais normas. Nesse intuito, a maior parte dos enfermeiros e médicos trabalham com a pouca escassez de materiais e recursos que lhes são proporcionados, inclusive há bastante tempo (Mauro, Paz, Mauro, Pinheiro & Silva, 2010), prioritariamente em hospitais de pequeno porte localizados nas inúmeras cidades interioranas frente a pandemia já instalada.

Em conformidade com o que foi exposto, esse tipo de situação implica no sentimento de impotência por quem presta assistência, abalando a estrutura emocional daqueles que permanece noite e dia na linha de frente. A prioridade acima de tudo está na prestação de um serviço mais humanizado, não podendo alegar uma falta de capacitação prévia como coloca Pereira, Vieira, Ferreira, Bezerra & Bezerra (2015), mas sim uma pandemia devastadora inesperada e de vasta letalidade que pegou os assistencialistas de surpresa.

Ainda nesse aspecto, as exaustivas horas de trabalho nesse período contribuí para o surgimento dos transtornos psicológico de enfermeiros e outros profissionais, interligado a fatores físicos, como foi o caso da infraestrutura hospitalar já mencionadas, biológicos como o esgotamento e atividades intensivas, além de citar o estado mental em meio ao contato não só com os afetados, mas também com familiares e amigos destes que compartilham o mesmo sofrimento (Silva, Zeitoune, Beck, Martino & Prestes, 2016).

É perceptível que a adaptação psicológica ao momento que estamos vivendo não se mensura como processo simples e instantâneo, mas como algo gradual e delicado por não sabermos como prever a abrangência de danos que essa pandemia irá ocasionar. Para isso, a saúde mental da enfermagem torna-se imperceptíveis diante das inúmeras prioridades nesses tipos de acontecimentos, e que na maioria das vezes surge insidiosamente nos envolvidos.

A rotina pandêmica e os danos mentais ao enfermeiro emergencista

A escala de uma emergência varia de acordo com o serviço e a instituição, podendo se estender de 24 a 72 horas ininterruptas durante um único plantão. Como se observa por si só, a própria rotina já implica em mudanças extremas no dia a dia do profissional. Nesse fato, a variação ocorre a medida em que esses colaboradores atuam em determinadas unidades, como é o caso do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), em uma Unidade de Terapia Intensiva (UTI) ou no setor emergencial intra-hospitalar propriamente dito.

O que se busca correlacionar é como as mudanças devido a pandemia acarreta uma piora do estado de saúde mental do indivíduo atuante nessas entidades. As inúmeras situações de riscos corroboram na integridade da saúde física e psicológica durante o processo de trabalho como exemplifica Loro, Gollner, Guido, Silveira & Silva (2016). Em outras palavras, a equipe de enfermagem está mais sujeita a fragilidades, por possuir um contato direto com o doente na realização de procedimentos, manuseio de materiais ou vínculo de contato com familiares.

Além dos riscos ocupacionais que se traduzem segundo Loro, Zeitoune, Guido, Silva & Kolankiewicz (2014) como aqueles presentes no ambiente capazes de causar danos físicos aos atores em saúde por doença, acidentes, poluição ou sofrimento ao trabalho, existem os danos psíquicos ao qual Oliveira & Fontana (2012) classificam como um tipo de violência acometida pela enfermagem no decorrer da execução de suas atividades, de modo a contribuir negativamente para o processo de desumanização na assistência.

Em algumas situações o isolamento hospitalar durante o período de investigação do Covid-19 coloca a enfermagem como protagonista para os indivíduos afetados, uma vez que o único contato permitido se limitará apenas a equipe atuante. Nesse caso, criam-se laços afetivos com base na solidariedade em ambas as partes, no qual o tipo de desfecho dos casos mexe profundamente no imaginário dos envolvidos. A perda nesse caso segundo Arturo, Burciaga, Verónica, López, Victoria, Seañez & Orvilia (2013) trata-se de um momento frágil na equipe, por meio da convivência que a internação oportunizou.

Outro ponto seria a perda de companheiros de trabalhos durante a pandemia por falhas nas medidas de prevenção ou outras causas, que embora seja algo previsível já há existência de vínculos afetivos prévios, em que a dor da perda pode afetar uma equipe inteira. Machado et al., (2015) cita que entre os companheiros de enfermagem há uma relação de cordialidade e respeito, uma vez que os integrantes compartilham do mesmo sentimento, percepções essas que vão além do ofício na profissão.

Já com relação ao retorno a família pós-plantão pode ser compreendido nesse momento como delicado, pois a sensação de culpa por colocar pessoas em risco é iminente. Para tanto, Faria, Santos, Faustino, Oliveira & Cruz (2019) retratam os potenciais riscos de contaminação transportados por profissionais, que provavelmente não seguiram corretamente as precauções recomendadas, desse modo funcionando como vetores de potenciais doenças a pessoas de contato fora do ambiente extra-hospitalar.

No período de quarentena o lado humano do enfermeiro tende a aflorar com mais facilidade mediante o convívio, com isso a expressão de sofrimento surge de acordo com que Dejours (2015) classifica como ambiente de trabalho psicodinâmico, em que surge por meio dos movimentos psicoafetivos na evolução de conflitos existente entre a teoria recomendada e a prática exercida. Exemplo disso, é quando há um paradoxo sobre o que será realizado num paciente e o pouco recurso existente que pode resultar em falhas ou insucesso.

Ao passo que discutimos a rotina exercida pela enfermagem no atendimento em pandemias, é inegável que a classe merece um pouco mais de atenção por lidar diretamente com os males e repercussões nesse aspecto. Sakai, Rossaneis, Haddad & Sardinha (2016) não deixa de colocar em questão a atuação em Acolhimento da Avaliação de Classificação de Risco em pronto socorros, colocando em suas mãos o poder decisório com relação ao fator tempo na prestação de cuidados as vítimas, exercendo a responsabilidade por qualquer dano prestado no momento inicial da assistência.

No que se refere a lidar com fortes emoções e situações que envolvam grande poder decisório e pressão, muitos profissionais recorrem ao uso medicamentoso, em especial os psicotrópicos. Nesse contexto, Vieira, Brida, Macuch, Massuda & Preza (2016) informa que um dos problemas psíquicos que mais comete enfermeiros é o transtorno depressivo, em que estes recorrem ao uso de drogas psicoativas e desenvolvem dependência a médio ou longo prazo, tornando o tratamento medicamentoso parte da sua rotina de trabalho.

Em segundo lugar, o estresse como também um acometimento bastante prevalente, que no decorrer do tempo tende a causar um desgaste no organismo, relacionado aos desafios que o enfermeiro é forçado a enfrentar, implicando na irritação e negação. Muitas vezes

descarregar esses sintomas não é tarefa fácil, pois o âmbito hospitalar contribui significativamente para o esgotamento e a fadiga física e mental.

O cuidado com a saúde mental em meio ao caos: estratégias de prevenção

Com base no que foi abordado no decorrer desse estudo, a saúde mental do enfermeiro emergencista necessita de atenção prioritariamente nesse período de Covid-19. Portanto, reunimos com base na temática algumas estratégias e medidas que podem ser tomadas afim de amenizar ou prevenir transtornos que podem surgir em meio a esses fatores abordados no decorrer da reflexão.

Com isso, podemos citar algumas medidas de defesa frente aos traumas vivenciados. Em primeiro lugar vamos abordar as crenças culturais como um dos pilares, exemplo disso, a religião. Jönsson & Lencastre (2016) coloca esse fator como a aquisição de significados positivos afim de amenizar os possíveis medos através da crença, colocando a fé como escudo ou valor de esperança no que tange a busca por um novo equilíbrio. De fato, independente de religião a crença vai além dos aspectos científicos, de maneira que o indivíduo enxerga a superação de problemas com base em valores e cultura adquiridos no decorrer da vivência, fato este subjetivo, porém, vivenciado constantemente nesse período.

Outra estratégia são as Práticas Integrativas e Complementares (PIC's) que podem estar sendo inseridas na rotina de trabalho, a OMS objetiva essa modalidade como uma potencial contribuição para a saúde e bem-estar, além de cuidados por meio de produtos e terapias alternativas (WHO, 2013). Exemplo dessas práticas são: a meditação, auriculoterapia, fitoterapia, musicoterapia, aromaterapia, terapia comunitária integrativa dentre outras.

Nesse aspecto, a meditação entra como uma ferramenta promissora no controle emocional de modo a desenvolver uma harmonia e autoconhecimento do ser com seu lado orgânico. Souza (2017) caracteriza como um conjunto de elementos do estado mental e da consciência no aprofundamento de sentido e aprimoramento da atenção. Convém ressaltar que as habilidades mencionadas são essenciais na execução de uma boa prática assistencial pelo enfermeiro na emergência, principalmente em virtude da rotina intensa.

Já a Biodança como coloca Góes & Ribeiro (2008) funciona como aquisição de uma lapidação de visão holística do indivíduo que pratica, uma vez que enxerga o ser no seu lado social, psíquico, orgânico e ecológico, diminuindo conseqüentemente os sofrimentos e os sintomas de doenças fortalecendo a identidade e percepção constante do equilíbrio. Nessa

perspectiva, entender a situação e seu papel e missão em pandemias exige um entendimento mais completo, além da busca por significado constante desses profissionais.

Ainda nessa abordagem, a Musicoterapia funciona de uma forma bastante peculiar, pois aumenta o relaxamento, estimulando o pensamento e a reflexão, como também acalmar, controlar a respiração e favorecer o prazer do convívio social por meio da estabilização de humor conforme explana Araújo, Pereira, Sampaio & Araújo (2014). Além disso, a Quiropraxia, um outro tipo de prática integrativa lida com as disfunções do sistema neuro musculoesquelético, a técnica funciona por meio de movimentos precisos e circulares em articulações específicas corrigindo a função motora segmentar e patologias nervosas (Brasil, 2017). Essa última por sua vez, tem utilidades quanto a transtornos de tensão muscular, bastante comum em enfermeiros com sobrecarga excessiva de trabalho.

Em contrapartida, não podemos deixar de citar a Reflexoterapia, uma proposta com boa viabilidade para o alívio da dor e cansaço. A prática baseia-se em mãos e pés ao qual possuem uma ligação direta por meios de canais nervosos a diversos outros órgãos e tecidos corporais, que por meio de terminações atingem diretamente nos pontos dolorosos. De maneira interessante, essa e as outras práticas mencionadas dispensam um uso de profissional específico na área, sendo priorizada sua participação apenas nos critérios de orientação (Brasil, 2017).

Estalecendo um paralelo com a discussão, Gonçalves & Simões, (2019) aborda sobre capacitação psicológica com foco na equipe de enfermagem, de modo a evidenciar um cuidado integral nas patologias de caráter físico e mental, ao qual pode ser inserido dentro do Programa de Humanização do Sistema Único de Saúde (SUS). Adiante, é crucial mencionar a singularidade diante de cada situação, uma vez que alguns apresentam maior suscetibilidades a traumas vivenciados.

A propósito dessas informações, outro motivo que está intimamente ligado ao adoecimento psicológico do enfermeiro são as exaustivas cargas horárias de trabalho no âmbito emergencial (Felli, 2012), de uma forma que em ocasiões pandêmicas o grande quantitativo de pacientes tende a potencializar ainda mais essa sobrecarga tanto no aspecto físico quanto mental.

Acredita-se ainda que as equipes de enfermagem que tiveram contato com pacientes afetados por pandemias levam a rotina no automatismo, em que não é possível perceber a real presença de sintomatologia subjetiva nesse momento de extrema importância. Vieira & Oliveira (2019) ainda acrescentam o desgaste emocional como vestígios, pois se confrontam

em lidar com os limites da dor, sofrimento e morte no cotidiano constante, que apesar do pouco tempo de contato, ainda é possível assumir vínculos afetivos e laços fortes.

Analogamente, Duarte & Mendes (2015) apontam que as exigências cobradas ocasionam sofrimento aos atores de saúde, que por sinal carregam esses sentimentos silenciosamente. Já Duarte, Glanzner & Pereira (2018) não deixa de mencionar as estratégias de defesa como uma válvula de escape para amenizar ou prevenir eventuais transtornos psíquicos, porém, o tempo em administrar tais atividades paralelas não se concilia com a rotina.

Concomitante as possibilidades apresentadas que auxiliam na manutenção da saúde mental, o profissional deve estar ciente do momento em que a ajuda especializada torna-se necessária, uma vez que o monitoramento e o cuidado contínuo subjugam-se as únicas formas de prevenção. De uma forma geral, conhecer a própria mente e entender como reagir diante desse momento tão delicado é de fundamental importância para atuar de maneira saudável e produtiva.

4. Considerações Finais

A referente reflexão pôde levantar pontos importantes que merecem atenção sobre os cuidados com a saúde mental da equipe de enfermagem que atua diretamente em nos setores de urgência e emergência durante esse período de pandemia. Diante dos fatos, se pode tecer sobre os danos que esse tipo de situação pode ocasionar, e os possíveis fatores de riscos caracterizados como desencadeadores, principalmente diante da falta de medidas nesse quesito.

Outra questão é com relação as intervenções cabíveis e necessárias que podem estar sendo colocadas em práticas afim de se prevenir e intervir no surgimento de transtornos como insônia, ansiedade angústia e em último caso, sintomas depressivos. Portanto, abre-se caminhos para mais discussões envolvendo o tema a medida em que se desencadeia a situação pandêmica e as ações exercidas em cada contexto.

Referências

Araújo, T. C., Pereira, A., Sampaio, E. S. & Araújo, M. S. S. (2014). Uso da música nos diversos cenários do cuidado: revisão integrativa. *Revista Baiana de Enfermagem*, 28(1), 96-

106. Recuperado em: 18 abril, 2020, de <https://portalseer.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/6967>

Armengol, J. G. & Lima, T. V. (2020). Los Servicios de Urgencias y Emergencias ante la Pandemia por SARS-CoV-2. *Emergencias*, 32(3). Recuperado em 15 maio, 2020, de <https://medes.com/publication/151480>

Arturo, P. P., Burciaga, B., Verónica, L., López, L., Victoria, M., Seañez, M., Orvilía, A. (2013). Resiliencia en el profesional de enfermería que cuida a personas en proceso de morir. *Ene*, 7(2), 2-5. Recuperado em 19 abril, 2020, de <http://ene-enfermeria.org/ojs/index.php/ENE/article/view/280>

Bittencourt, R. N. (2020). Pandemia, isolamento social e colapso global. *Revista Espaço Acadêmico*, 221. Recuperado em 15 maio, 2020, de <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/52827>

Bortoluzzi, T. V. C., Cavalcanti, P. B. & Ely, V. J. M. B. (2020). Quartos de isolamento em unidades de urgência e emergência: sinergia entre legislação e prática?. *Arquitetura Revista*, 16(1). Recuperado em 23 abril, 2020, de <http://www.revistas.unisinos.br/index.php/arquitetura/article/view/arq.2020.161.07>

Brasil. Ministério da Saúde. Inclui 10 novas práticas integrativas no SUS (2017). Brasília: Ministério da Saúde.

Castiglione, A. O. (1947). História da Medicina. Rio de Janeiro. *Companhia Editora Nacional*.

Cerqueira, M. A., Araújo, M., Alves, M. E., Santos, C. M. & Rocha, R. B. (2018). Atuação do enfermeiro na utilização do desfibrilador em situação de emergência. *Biológicas & Saúde*, 8(27). Recuperado em 18 maio, 2020, de https://ojs3.perspectivasonline.com.br/biologicas_e_saude/article/view/1431

Dejours, C. (2015). A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho. *São Paulo: Cortez*. Recuperado em 25 abril, 2020, de <http://www.psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/V5N2A11>

Dong, E., Du, H. & Gardner, L. (2020). An interactive web-based dashboard to track COVID-19 in real time. *The Lancet infectious*. Recuperado em 23 abril, 2020, de [https://www.thelancet.com/journals/laninf/article/PIIS1473-3099\(20\)30120-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/laninf/article/PIIS1473-3099(20)30120-1/fulltext)

Duarte, M. L. C., Glanzner, C. H. & Pereira, L. P. (2018). O trabalho em emergência hospitalar: sofrimento e estratégias defensivas dos enfermeiros. *Rev Gaúcha Enferm*, 39, 2017-0255. Recuperado em 25 abril, 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472018000100444&script=sci_arttext

Duarte, F. S. & Mendes, A. M. B. (2015). Da escravidão a servidão voluntária: perspectivas para a clínica psicodinâmica do trabalho no Brasil. *Rev Estudos Organiz Soc*, 2(3), 68-128. Recuperado em 4 abril, 2020, de <https://revistas.face.ufmg.br/index.php/farol/article/view/2579>

Faria, L. B. C., Santos, C. T. B., Faustino, A. M., Oliveira, L. M. A. C. & Cruz, K. C. T. (2019). Conhecimento e adesão do enfermeiro às precauções padrão em unidades críticas. *Texto & Contexto Enfermagem*, 28. Recuperado em 27 abril, 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010407072019000100353&script=sci_arttext&tlng=pt

Felli, V. E. A. (2012). Condições de trabalho de enfermagem e adoecimento: motivos para a redução da jornada de trabalho para 30 horas. *Enfermagem em Foco*, 3(4), 178-181. Recuperado em 28 abril, 2020, de <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/379>

Ferreira, C. F., Dias, G. N., Franciscon, I. N. & Oliveira, T. Q. (2014). Pandemias em um mundo globalizado: desafios para o acesso universal à saúde. Recuperado em 27 abril, 2020, de <http://sinus.org.br/2014/wp-content/uploads/2013/11/OMS.pdf>

Góes, C. W. L. & Ribeiro, K. G. Biodança, saúde e qualidade de vida: Uma perspectiva integral do organismo. (2008). *Revista Pensamento Biocêntrico*, 10, 44-65. Recuperado em 27 abril, 2020, de <http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/27608>

Gonçalves, J. R. & Simões, J. R. S. (2019). A percepção do enfermeiro no lidar com a morte durante a assistência. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, 2(5). Recuperado em 27 abril, 2020, de <http://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/77>

Jönsson, C. & Lencastre, L. (2016). Trauma e religião: um modelo de adaptação psicológica baseado no coping religioso. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 17(1), 32-38. Recuperado em 28 abril, 2020, de http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1645-00862016000100005&script=sci_arttext&tlng=es

Kuster, D. K. & Bisogno, S. B. G. (2010). A percepção do enfermeiro diante da morte dos pacientes. *Disc. Scientia. Série: Ciências da Saúde*, 11, (1), 9-24. Recuperado em 28 abril, 2020, <https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumS/article/view/961>

Lima, C. M. A. O. (2020). Informações sobre o novo coronavírus (COVID-19). *Radiol Bras*, 53(2). Recuperado em 23 março, 2020, de http://www.rb.org.br/detalhe_artigo.asp?id=3258

Lima, D. S., Filho, J. A. D. L., Gurgel, M. V. S. A., Neto, A. F. A., Costa, E. F. M., Filho, F. X. F. M., Castro, M. V., Diniz, A. G., Borges, G. C. O. & Junior, M. A. F. R. (2020). Recomendações para cirurgia de emergência durante a pandemia do COVID-19. *J. Health Biol Sci*, 8(1), 1-3. Recuperado em 24 abril, 2020, de <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/3176>

Loro, M. M., Gollner, R. C. Z., Guido, L. A., Silveira, C. R. & Silva, R. M. (2016). Desvelando situações de risco no contexto de trabalho da Enfermagem em serviços de urgência e emergência. *Esc Anna Nery*, 20(4). Recuperado em 27 abril, 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-81452016000400204&script=sci_arttext

Loro, M. M., Zeitoune, R. C. G., Guido, L. A., Silva, R. M. & Kolankiewicz, A. C. B. (2014). Occupational risks and health of nursing workers - seeking evidences. *J. res.: fundam. care*.

Online, 6(4), 16-21. Recuperado em 27 abril, 2020, de <https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/54515>

Lopes, G. T. (2006). Manual para elaboração de trabalhos acadêmicos: normas da ABNT – Estilo Vancouver – *Bioética*.

Machado, M. H., Santos, M. R., Oliveira, E., Wermelinger, M., Vieira, M., Lemos, W., Lacerda, W. F., Filho, W. A., Junior, P. B. S., Justino, E. & Barbosa, C. (2015). Condições de trabalho da enfermagem. *Enferm. Foco*, 6(14), 79-90. Recuperado em 27 abril, 2020, de <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/695/0>

Mauro, M. Y. C., Paz, A. F., Mauro, C. C. C., Pinheiro, M. A. S. & Silva, V. G. (2010). Condições de trabalho da enfermagem nas enfermarias de um hospital universitário. *Esc Anna Nery Rev Enferm*, 14(1), 13-18. Recuperado em 28 abril, 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141481452010000200006&script=sci_arttext&tlng=pt

Melo, A. A. S., Santos, A. C., Silva, G. P. F. & Conceição, A. A. (2019). O suicídio em profissionais de enfermagem: uma análise bibliográfica da dimensão social dentro de uma perspectiva contemporânea. *Revista eletrônica Estácio Recife*, 5(1). Recuperado em 25 abril, 2020, de <https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/view/200>

Minayo, M. C. S. (2006). O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 9ª ed. São Paulo: EDUC.

Oliveira, E. H. A. (2020). Coronavírus: prospecção científica e tecnológica dos fármacos em estudo para tratamento da Covid-19. *Cadernos de Prospecção*, 13(2), 412. Recuperado em 5 maio, 2020, de <https://cienciasmedicasbiologicas.ufba.br/index.php/nit/article/view/36153>

Oliveira, C. M. & Fontana, R. T. (2012). Violência psicológica: um fator de risco e de desumanização ao Trabalho da enfermagem. *Cienc. cuid. Saúde*, 11, (2), 243-9. Recuperado em 28 abril, 2020, de <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/11951>

Organização Pan-Americana da Saúde. (2020). Recuperado em 23 abril, 2020, de https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875

Pereira, D. S., Vieira, A. K. I., Ferreira, A. M., Bezerra, A. M. F. & Bezerra, W. K. T. (2015). Atuação do Enfermeiro Frente à Parada Cardiorrespiratória (PCR). *REBES*, 5(3), 08-17. Recuperado em 25 março, 2020, de <https://editoraverde.org/gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/3583>

Rothan, H. A. & Byrareddy. S. N. (2020). The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *Journal of autoimmunity*, 102-433. Recuperado em 25 março, 2020, de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0896841120300469>

Sakai, A. M., Rossaneis, M. A., Haddad, M. C. F. L. & Sardinha, D. S. S. (2016). Sentimentos de enfermeiros no acolhimento e na avaliação da classificação de risco em pronto-socorro. *Rev. Rene*. 17(2), 233-41. Recuperado em 23 março, 2020, de <http://www.periodicos.ufc.br/index.php/rene/article/view/3007>

Secretaria de Saúde do Ceará. (2020). Doença pelo novo coronavírus (COVID-19). *Inf. Epidem*, 18(18), 1-9.

Senhoras, E. M. (2020). Coronavírus e o papel das pandemias na história humana. *Boletim de conjuntura*, 1(1). Recuperado em 25 março, 2020, de <https://revista.ufr.br/boca/article/view/Eloi>

Silva, J. B. & Muniz, A. M. V. (2020). Pandemia do Coronavírus no Brasil: Impactos no Território Cearense. *Revista brasileira de geografia econômica*, 9, 17. Recuperado em 27 março, 2020, de <https://journals.openedition.org/espacoeconomia/10501>

Silva, R. M., Zeitoune, R. C. G., Beck, C. L. C., Martino, M. M. F. & Prestes, F. C. (2016). Efeitos do trabalho na saúde de enfermeiros que atuam em clínica cirúrgica de hospitais universitários. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 24, 27-43. Recuperado em 24 março, 2020, de https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010411692016000100370&script=sci_arttext&tlng=pt

Souza-Souza, L. P. S. & Souza, A. G. (2020). Enfermagem brasileira na linha de frente contra o novo Coronavírus: quem cuidará de quem cuida? *J. nurs. Health*, 10. Recuperado em 28 março, 2020, de <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18444>

Souza, T. H. A. (2017). Efeito da meditação natural stress relief na ansiedade de estudantes universitários com transtorno de ansiedade social: Ensaio clínico randomizado e controlado. Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde. Universidade Federal de Sergipe. Recuperado em 28 abril, 2020, de <https://www.acervo.ufs.br/handle/riufs/3827>

Valero-Cedeño, N. J., Mina-Ortiz, J. B., Veliz-Castro., T. I., Merchán-Villafuerte, K. M. & Perozo-Mena, A. J. (2020). COVID-19: La nueva pandemia con muchas lecciones y nuevos retos. *Revisión Narrativa. Kasmera*, 48-102. Recuperado em 25 março, 2020, de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1087715>

Vieira, G. F. E., & Oliveira, W. A. (2019). Sentimentos do enfermeiro no cotidiano do atendimento pré-hospitalar. *Rev. UNINGÁ*, 56(6), 45-52. Recuperado em 7 abril, 2020, de <http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/2604>

Vieira, G. C. G., Brida, R. L., Macuch, R. S., Massuda, E. M. & Preza, G. P. (2016). Uso de psicotropicos pelo enfermeiro: sua relação com o trabalho. *Cinergis*, 17(3), 191-195. Recuperado em 23 abril, 2020, de <https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/8118>

World Health Organization. (2012). Vaccines against influenza WHO position paper. *Wkly Epidemiol. Rec*, 87(47), 461-76.

Who Health Organization (WHO). (2013). WHO traditional medicine strategy: 2014-2023.

Zhou, F., Yu, T., Du, R., Fan, G., Liu, Y., Liu, Z *et al.* (2020). Clinical course and risk factors for mortality of adult inpatients with COVID-19 in Wuhan, China: a retrospective cohort study. *The lancet*, 18. Recuperado em 15 abril, 2020, de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140673620305663>

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Francisco Glauber Peixoto Ferreira – 20%

Alexsandro Batista de Alencar – 20%

Simony Lima Bezerra – 20%

Albertina Antonielly Sydney de Sousa – 20%

Carolina Maria de Lima Carvalho – 20%