

SAÚDE MENTAL DURANTE O ENFRENTAMENTO À PANDEMIA DE COVID-19: ESTRATÉGIAS DE APOIO PSICOLÓGICO AOS ENFERMEIROS DO HOSPITAL MUNICIPAL DR. ERNESTO CHE GUEVARA EM MARICÁ, RJ

Autora: Lauana Alexandre dos Santos
Orientador: Dr. Gustavo Tavares Ventura

Resumo: O impacto da COVID-19 refletiu no bem-estar dos profissionais que atuaram na linha de frente de combate à pandemia, em especial os de enfermagem. O presente estudo teve como objetivo ressaltar a importância desses profissionais e o debate acerca de sua saúde mental. A metodologia utilizada neste trabalho foi baseada em uma pesquisa bibliográfica, elaborada a partir de material já publicado constituído em livros, artigos, revistas e material disponibilizado na internet. O presente estudo concluiu que os principais agravos na saúde mental dos enfermeiros relacionados à pandemia foram: ansiedade, depressão e burnout. As principais estratégias descritas para o apoio psicológico dos profissionais da saúde foram: tele consulta, cartilhas virtuais, pôsteres informativos dentro dos hospitais, vídeos em plataformas online, além de profissionais voluntários de psicologia e plantões psicológicos dentro dos hospitais. A partir desta pesquisa, foram propostas estratégias de apoio psicológico direcionadas aos profissionais de enfermagem do Hospital Municipal Dr. Ernesto Che Guevara, situado no município de Maricá, Rio de Janeiro.

Palavras-chave: Enfermeiros; Saúde Mental; Pandemia; Profissionais de Saúde; COVID-19.

Abstract: The impact of COVID-19 reflected on the well-being of professionals who worked on the front lines of fighting the pandemic, especially nursing professionals. The present study aimed to emphasize the importance of these professionals and the debate about their mental health. The methodology used in this work was based on bibliographical research, elaborated from already published material consisting of books, articles, magazines and material available on the internet. The present study concluded that the main problems in the mental health of nurses related to the pandemic were: anxiety, depression and burnout. The main strategies described for the psychological support of health professionals were: teleconsultation, virtual booklets, informative posters inside hospitals, videos on online platforms, in addition to volunteer psychology professionals and psychological shifts inside hospitals. Based on this research, psychological support strategies were proposed for nursing professionals at Hospital Municipal Dr. Ernesto Che Guevara, located in the municipality of Maricá, Rio de Janeiro.

Keywords: Nurses; Mental health; Pandemic; Health professionals; COVID-19.

Introdução

Em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na China, houve um surto de uma síndrome respiratória aguda grave, causada por um novo tipo de coronavírus (SARS-CoV-2), denominada COVID-19. O primeiro episódio da doença ocorreu em um mercado de vendas de frutos do mar, que atingiu trabalhadores e pessoas que frequentavam o local (OLIVEIRA *et al.* 2021). No Brasil, os primeiros casos apareceram

na cidade de São Paulo no mês de fevereiro de 2020 e no mês seguinte surgiram casos confirmados da doença, além de óbitos na região Sudeste e também nas grandes capitais, repercutindo em todos os estados brasileiros. Em março de 2020, a Organização Mundial da saúde (OMS) caracterizou a COVID-19 como uma pandemia, que se tornou ainda mais preocupante pelo fato de poder causar infecções graves, principalmente entre os indivíduos em grupos de risco, como portadores de doenças crônicas, gestantes, puérperas, diabéticos e hipertensos (OLIVEIRA *et al.* 2021).

Diante do crescimento do número de casos, os profissionais que atuam na linha de frente, como os enfermeiros, que prestam atenção ao paciente durante o seu trabalho com foco no cuidado, são expostos a diferentes fatores que os tornam vulneráveis à contaminação e problemas psicológicos. Dentre esses, pode-se destacar: maior exposição a agentes biológicos, carga horária de trabalho extensa, agressões verbais, local inadequado para descanso, exaustão física e emocional, medo da contaminação e necessidade de lidar com a perda, tornando o enfermeiro suscetível a manifestações que afetam o seu bem-estar de forma global (OLIVEIRA *et al.* 2021).

Em uma entrevista realizada pelo Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo (COREN-SP) em 9 de setembro de 2021, 62,1% de 10.329 profissionais de enfermagem entrevistados afirmaram ter apresentado algum sofrimento mental durante a pandemia de COVID-19. Dentre estes, 43,9% relataram que o sofrimento mental aumentou ao longo do tempo (COREN, 2021). Desta forma, fica evidente a necessidade de cuidados com a saúde mental, necessitando de investimentos e ações que visem melhores condições de trabalho para os profissionais de enfermagem.

Portanto, diante do cenário da pandemia de COVID-19, quais foram os principais impactos na saúde mental e que possíveis estratégias de apoio psicológico podem ser utilizadas para auxiliar os enfermeiros de Maricá no enfrentamento a essas condições?

É reconhecida a importância que os profissionais de enfermagem possuem para a população como um todo e como o adoecimento mental pode causar sofrimento a esses profissionais. Portanto, este estudo tem como objetivo identificar os principais impactos na saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia de COVID-19 através de pesquisa bibliográfica e propor estratégias de apoio psicológico direcionadas aos profissionais de enfermagem do Hospital Municipal Dr. Ernesto Che Guevara, situado no município de Maricá, Rio de Janeiro.

Metodologia

Este trabalho apresenta como metodologia uma revisão bibliográfica, que é um passo inicial para qualquer pesquisa científica (WEBSTER & WATSON, 2002). A pesquisa é elaborada com material já escrito anteriormente, como livros, artigos e teses e é de caráter exploratório pois permite a familiaridade com o problema, aprimorar as ideias e novas descobertas (GIL, 2007).

A fim de responder à questão central deste estudo "quais os principais impactos na saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia de COVID-19 e que possíveis estratégias de apoio psicológico podem ser utilizadas para auxiliar os enfermeiros no enfrentamento a essas condições?" deu-se início à pesquisa.

A pesquisa

Os artigos científicos foram analisados no período de Março a Junho de 2022 e as publicações obtidas foram extraídas das seguintes fontes: Repositório Universitário da Ânima (RUNA), Repositório Digital Institucional (UFPR), Repositório

Acadêmico de Graduação (PUC GOIÁS), Revista Oficial do Conselho Federal de Enfermagem (EM FOCO), Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento (Res., Soc. Deve.), Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação (Revista Ibero-americana) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Outras fontes também utilizadas foram: Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo (COREN-SP), Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) e 8º Congresso Brasileiro de Gestão de Desenvolvimento de Produto (CBGDP 2011). Optou-se pelo uso dos operadores booleanos para seleção dos artigos, em português: Saúde mental OR enfermeiros OR apoio psicológico AND COVID-19.

Como critério de inclusão foram utilizados artigos científicos publicados no idioma português nos anos 2020 a 2022 e como critério de exclusão foram eliminados artigos duplicados e sem relevância ao tema em questão.

Utilizando as palavras-chave citadas anteriormente, foram encontrados 466 resultados. Deste total, foram excluídos 366 artigos por não corresponderem ao objetivo da pesquisa. Dos 100 artigos restantes foram excluídos mais 91, dentre artigos, publicações repetidas e que não faziam parte do objeto do estudo. Desta forma, foram selecionados 9 artigos para a pesquisa (Tabela 1).

Tabela 1: Artigos selecionados para a pesquisa após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão.

Artigos selecionados	Saúde mental	Enfermeiros	Apoio psicológico
RUNA		3	
UFPR		1	
PUC GOIÁS		1	
Em foco		1	
Res., soc. Deve		1	
Revista Ibero-Americana		1	
Scielo		1	
Total		9 artigos	

Fonte: Elaboração da autora.

Resultados da Pesquisa

A presente pesquisa bibliográfica constatou agravamento na saúde mental dos enfermeiros, tendo como principais causas: ansiedade, burnout, depressão, medo da contaminação, excesso da sobrecarga de trabalho e a relação entre paciente e profissional. Esses fatores serviram de base para a elaboração da análise e discussão. Os dados utilizados na elaboração da pesquisa, reunindo 9 artigos científicos,

afirmaram o sofrimento mental dos enfermeiros durante a pandemia de COVID-19 e destacaram estratégias de apoio psicológico direcionados a esses profissionais.

Para um melhor detalhamento da pesquisa, os resultados encontrados neste trabalho foram divididos em 2 tópicos: saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia de COVID-19 e estratégias de apoio psicológico aos enfermeiros do Hospital Municipal Dr. Ernesto Che Guevara.

Saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia de COVID-19

A crise ocasionada pelo novo coronavírus, a partir de março de 2020, trouxe inúmeros desafios à sociedade como um todo, em especial aos profissionais da saúde. Humerez (2020) aponta que essas inúmeras transformações fizeram com que fosse necessário encontrar alternativas para se adaptar de forma rápida e promover as mudanças de rotina a fim de acompanhar esse processo e atender as demandas profissionais:

Temos também cerca de 3,5 milhões de trabalhadores do setor da saúde que enfrentam incertezas, anseios e preocupações, afetando sua saúde mental e física neste período de pandemia. É nesse contexto que os profissionais da Enfermagem estão inseridos, atuando sem equipamentos de proteção adequados, no atendimento em geral ou em unidades de terapia intensiva, resgates, emergências, atenção primária, Unidade de Pronto Atendimento (UPAs) e enfermarias (HUMEREZ, 2020, p.4).

O contato dos enfermeiros com o vírus em suas atividades dentro do hospital aumentou também o risco de contaminação desses profissionais, podendo elevar o nível de estresse, ansiedade e depressão. A carga horária de trabalho excessiva, o relacionamento com os pacientes, cansaço e o medo de contaminar seus familiares podem desencadear a depressão, que é a perda de interesse nas atividades do cotidiano, falta de energia, alteração do apetite e sono, pensamentos suicidas e tristeza, bem como a ansiedade, que possui várias definições, e também pode ser descrita como, angústia, aflição e perturbação (CAMPIDELLI & OLIVEIRA, 2021).

Dessa forma, esses profissionais fazem parte do grupo mais propenso a sofrer impactos na saúde mental, tanto por situações vivenciadas direta ou indiretamente (SILVA, 2021):

Considerando o contexto pandêmico atual que se deu pelo surgimento do novo coronavírus, causador da COVID-19, algumas literaturas apontam a necessidade de uma maior atenção para com os profissionais da saúde que atuam na linha de frente no combate ao vírus. [...] São eles a categoria mais vulnerável aos riscos de contaminação porque a proximidade e extensibilidade das conexões que fazem na execução das ações de trabalho no âmbito da saúde são propícios para a contaminação e conseqüentemente para a propagação do vírus (SILVA, 2021, p.12).

A ansiedade só é tratada como um transtorno quando traz prejuízos significativos no decorrer do dia do indivíduo, ocorrendo de forma intensa. Esses fatores, diante do cenário da COVID-19, tendem a fragilizar o psicológico das equipes de enfermagem (OLIVEIRA *et al.* 2021).

Os profissionais de enfermagem do sexo feminino apresentaram maior prevalência de sintomas de depressão, 62% a mais que no sexo masculino. Grande parte destes profissionais são do sexo feminino e pode-se esperar que essas mulheres, além da jornada de trabalho, possuam afazeres domésticos ou sejam mães solteiras, o que causa um desgaste físico e mental, pois além de cuidar das demandas do hospital, também cuidam das demandas fora do trabalho (OLIVEIRA *et al.* 2021).

Os profissionais de saúde, em específico os de enfermagem, durante os surtos de doenças de grande contágio, como doenças infecciosas, enfrentam maior sobrecarga de trabalho, poucos materiais para utilização, incerteza da eficácia dos tratamentos, preocupação com a própria saúde, dos familiares e pacientes. Diante dessa pressão, os enfermeiros podem desenvolver a síndrome de Burnout, que ocorre quando um trabalhador enfrenta grandes exigências dentro do ambiente de trabalho, apresentando um sentimento de esgotamento ou falta de energia, pois se é exigido um alto nível de condição física e mental (OLIVEIRA *et al.* 2021).

Segundo pesquisa realizada pelo Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo (COREN-SP), a presença de sintomas de ansiedade ou estresse que possuem relação com o cansaço e distanciamento do trabalho podem tornar o profissional vulnerável a apresentar transtornos mentais (COREN, 2021).

Por estas questões, há a necessidade de serem criadas intervenções de prevenção e promoção da saúde mental para os profissionais de enfermagem, que têm suas vidas muito expostas à COVID-19, uma vez que se encontram na linha de frente de combate ao vírus (COREN, 2021).

Estratégias de apoio psicológico aos enfermeiros do Hospital Municipal Dr. Ernesto Che Guevara

Em vista das questões psicológicas que afetam os trabalhadores de enfermagem, faz-se necessário o acolhimento psicológico para esses profissionais, visando assim a prevenção e um espaço aberto para a pessoa acolhida expressar suas angústias e medos diante do cenário que está vivendo. O atendimento remoto é viável nesse momento, pois reduz o contato social e respeita as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) (DUAN *et al.* 2020, apud DUARTE & VARGAS, 2021).

Campidelli & Oliveira (2021) também enfatizam a importância do olhar sobre esses profissionais, evidenciando sua importância não somente na pandemia de COVID-19, mas durante todos os surtos sanitários:

Os profissionais de saúde, e de modo especial, os profissionais de enfermagem enfrentam desafios adicionais durante surtos de doenças infecciosas, incluindo a sobrecarga de serviço, escassez de recursos humanos e materiais, incerteza da eficácia de tratamentos utilizados e ainda preocupações com o gerenciamento da própria saúde e a de seus familiares e pacientes (CAMPIDELLI & OLIVEIRA, 2021, p.10).

Em março de 2020, com iniciativa do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), foi disponibilizado um canal de atendimento online para ajuda emocional. O atendimento foi realizado via chat online e disponibilizado no site do COFEN e no hotsite www.juntoscontracoronavirus.com.br (RAMOS-TOESCHER *et al.* 2020). Entre março e setembro do ano de 2020, o Ministério da Saúde realizou um investimento de R\$2,3 milhões para um canal de tele consulta com profissionais de psicologia e

psiquiatria. Essa iniciativa se deu por reconhecimento da necessidade do acolhimento aos profissionais de enfermagem (RAMOS-TOESCHER *et al.* 2020).

Outras estratégias de apoio psicológico que podem ser utilizadas são ações psicoeducativas, como a realização de cartilhas virtuais, pôsteres informativos dentro dos hospitais, vídeos em plataformas online, disponibilidade de profissionais de psicologia que possam ser voluntários para oferecer apoio psicológico, além de plantões psicológicos dentro dos próprios hospitais (RAMOS-TOESCHER *et al.* 2020).

Assim, a partir do levantamento bibliográfico realizado no presente artigo, foi elaborado um pôster que será afixado no Hospital Municipal Dr. Ernesto Che Guevara, tendo como objetivo divulgar maiores informações sobre saúde mental e auxiliar no apoio psicológico aos enfermeiros deste importante hospital em Maricá, Rio de Janeiro.

Conclusões

O presente estudo concluiu que os principais agravos na saúde mental dos enfermeiros relacionados à pandemia foram: ansiedade, depressão e burnout. As principais estratégias descritas para o apoio psicológico dos profissionais da saúde foram: tele consulta, cartilhas virtuais, pôsteres informativos dentro dos hospitais, vídeos em plataformas online, além de profissionais voluntários de psicologia e plantões psicológicos dentro dos hospitais. Nesse contexto, foi elaborado um pôster que será afixado no Hospital Municipal Dr. Ernesto Che Guevara, tendo como objetivo divulgar maiores informações sobre saúde mental e auxiliar no apoio psicológico aos enfermeiros deste importante hospital em Maricá, Rio de Janeiro.

Agradecimentos

À Prefeitura de Maricá (RJ) e ao Instituto de Ciência, Tecnologia e Inovação de Maricá (ICTIM), pelo apoio financeiro à pesquisa através do seu Programa de Iniciação Científica edição 2022.

Ao meu orientador, Dr. Gustavo Ventura, por todo apoio e dedicação ao projeto.

Referências bibliográficas

AZEVEDO, D.A.C. **Saúde Mental dos Enfermeiros durante a Pandemia da Covid-19: Desafios**. Escola de Ciências Sociais e da Saúde. Goiânia, 2021.

CAMPIDELLI, E.D.S; OLIVEIRA, F.C.P.; FREITAS, P.A. **O impacto da pandemia COVID-19 na saúde mental da enfermagem: Revisão Integrativa**. Repositório Universitário da Ânima (RUNA), 2021. Disponível em: <[https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/14701/1/TCC Erlaine %20FI%c3%a1via_FINAL.pdf](https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/14701/1/TCC_Erlaine_%20FI%c3%a1via_FINAL.pdf)>. Acesso em: 02 jan. 2023.

COFEN. **Brasil representa um terço das mortes de profissionais de Enfermagem por COVID-19**. Portal do Conselho Federal de Enfermagem, 2021. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/brasil-responde-por-um-terco-das-mortes-de-profissionais-de-enfermagem-por-covid-19_84357.html>. Acesso em: 03 jan. 2023.

COREN. **Saúde mental: 62% dos profissionais de enfermagem afirmaram ter desenvolvido sofrimento durante a pandemia**. Portal do Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo, 2021. Disponível em: <<https://portal.coren-sp.gov.br/noticias/sondagem-do-coren-sp-62-dos-profissionais-de-enfermagem-afirmaram-ter-desenvolvido-sofrimento-mental-durante-a->

[pandemia/#:~:text=O%20Coren%2DSP%20lan%C3%A7ou%20nesta,sofrimento%20mental%20durante%20a%20pandemia>.](#) Acesso em: 06 jan. 2023.

DUARTE, L.S.O.; VARGAS, A.F.M. **Saúde Mental dos Profissionais de Enfermagem que Atuam no Combate à COVID-19.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.], v. 7, n. 10, p. 1055–1068, 2021. DOI: 10.51891/rease.v7i10.2642. Disponível em: <<https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/2642>>. Acesso em: 07 jan. 2023.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 2007.

HUMEREZ, D.C.; OHL, R.I.; SILVA, M.C.N. **Saúde Mental dos Profissionais de Enfermagem do Brasil no Contexto da Pandemia Covid-19: Ação do Conselho Federal de Enfermagem.** Cogitare Enfermagem, [S.l.], v. 25, 2020. ISSN 2176-9133. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/74115>>. Acesso em: 03 jan. 2023.

OLIVEIRA, O.C. *et al.* **O impacto da pandemia de Covid 19 na saúde mental das equipes de enfermagem no Brasil e as estratégias de enfrentamento frente a este desafio.** Repositório Universitário da Ânima (RUNA), 2021. Disponível em: <<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/14866>>. Acesso em: 04 jan. de 2023.

PEREIRA, M.D.; TORRES, E.C.; PEREIRA, M.D.; ANTUNES, P.F.S.; COSTA, C.F.T. **EMOTIONAL DISTRESS OF NURSES IN THE HOSPITAL SETTING IN THE FACE OF THE COVID-19 PANDEMIC.** SciELO Preprints, 2020. Disponível em: <<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/675>>. Acesso em: 07 jan. 2023.

RAMOS-TOESCHER, A.M. *et al.* **Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio.** Escola Anna Nery [online], v. 24, n. spe, e20200276, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0276>>. Acesso em: 07 jan. 2023.

SILVA, A.L.G.; DONATO, J.M.M. **Impactos da Pandemia COVID-19 na Saúde Mental dos Profissionais da Saúde.** Repositório Universitário da Ânima (RUNA), 2021. Disponível em: <<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/13460>>. Acesso em: 22 dez. 2022.

WEBSTER, J.; WATSON, R. T. **Analyzing the past to prepare for the future: writing a literature review.** MIS Quarterly, v. 26, n. 2, p. 13-23, 2002.