



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO (UNIRIO)
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE (CCBS)
ESCOLA DE ENFERMAGEM ALFREDO PINTO (EEAP)

Discente: Pedro Pirineus Branco

Orientador(a): Cynthia Haddad Sousa da Rocha

Coorientador(a): -

Trabalho final da disciplina de Seminário de Pesquisa II, apresentado ao Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO.

Título: A saúde mental dos enfermeiros: os impactos da pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa

RIO DE JANEIRO

2023

Artigo Original

A saúde mental dos enfermeiros: os impactos da pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa

Pedro Pirineus Branco

Graduando em Enfermagem pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). Ex-Bolsista de Iniciação Científica CNPq. Ex-membro e diretor da primeira Liga Acadêmica sobre a Fenomenologia das Drogas (LAFEND) na América Latina.

pedrobranco@edu.unirio.br

Resumo:

Introdução: Este estudo é motivado pelo interesse na saúde mental dos indivíduos, somado as experiências pessoais do autor e pela pandemia de COVID-19. **Objetivo:** identificar o surgimento do sofrimento psíquico durante a pandemia do COVID-19. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa utilizando as bases de dados LILACS, MEDLINE e PUBMED. **Resultados:** Após análise baseada nos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados para o presente estudo 5 artigos. **Discussão:** O estudo destaca que enfermeiros enfrentam sérios impactos na saúde mental, especialmente durante a pandemia de COVID-19. Múltiplos estudos evidenciam que a classe sofre significativamente com estresse, ansiedade, depressão e insônia, afetando o desempenho e a saúde física e mental. A sobrecarga emocional, associada à exposição direta ao vírus e perda de pacientes, influencia negativamente o bem-estar psicológico desses profissionais. **Considerações Finais:** Os estudos revelam os principais fatores causadores do sofrimento psíquico na enfermagem durante a pandemia como: ansiedade, depressão, estresse, insônia etc. Diante dos potenciais impactos duradouros, é crucial implementar programas que promovam saúde mental, ambientes de trabalho adequados, jornadas aceitáveis e incentivos que valorizem o bem-estar emocional dos profissionais.

Palavras-chave: Enfermeiros (as), Saúde Mental, Sofrimento Psíquico, Pandemia, COVID-19.

The mental health of nurses: the impacts of the COVID-19 pandemic: an integrative review

Abstract:

Introduction: This study is motivated by an interest in individuals' mental health, coupled with the author's personal experiences and the COVID-19 pandemic. **Objective:** To identify the onset of psychic distress during the COVID-19 pandemic. **Method:** An integrative review using the databases LILACS, MEDLINE, and PUBMED was

¹Orientadora: Prof. Ms. Cynthia Haddad Sousa da Rocha - cynthia.haddad@unirio.br

²Nome e e-mail da avaliadora indicada pela orientadora: Prof. Dra. Taís Veronica Cardoso Vernaglia - tais.vernaglia@unirio.br

³Link das normas da revista:

https://drive.google.com/file/d/0B0GoVSNnm_Lsckk5UWRibHBIRUU/view?pli=1&resourcekey=0-QqI2i-aMP2Q8Svd8FxPycw

conducted. Results: After analysis based on inclusion and exclusion criteria, 5 articles were selected for this study. Discussion: The study highlights that nurses face serious impacts on their mental health, especially during the COVID-19 pandemic. Multiple studies show that the profession significantly suffers from stress, anxiety, depression, and insomnia, affecting both performance and mental and physical health. Emotional overload, linked to direct exposure to the virus and patient loss, adversely influences the psychological well-being of these professionals. Final Considerations: The studies reveal the primary factors causing psychic distress in nursing during the pandemic, such as anxiety, depression, stress, insomnia, etc. Given the potential long-lasting impacts, it is crucial to implement programs promoting mental health, suitable work environments, acceptable work hours, and incentives that prioritize the emotional well-being of professionals.

Keywords: Nurses, Mental Health, Psychological Distress, Pandemic, COVID-19.

La salud mental de los enfermeros: los impactos de la pandemia de COVID-19: una revisión integrativa

Resumen:

Introducción: Este estudio es motivado por el interés en la salud mental de los individuos, junto con las experiencias personales del autor y la pandemia de COVID-19. **Objetivo:** Identificar la aparición del sufrimiento psíquico durante la pandemia de COVID-19. **Método:** Se trata de una revisión integrativa utilizando las bases de datos LILACS, MEDLINE y PUBMED. **Resultados:** Tras un análisis basado en criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 5 artículos para este estudio. **Discusión:** El estudio destaca que los enfermeros enfrentan impactos graves en su salud mental, especialmente durante la pandemia de COVID-19. Múltiples estudios muestran que la profesión sufre significativamente de estrés, ansiedad, depresión e insomnio, lo que afecta tanto el rendimiento como la salud mental y física. La sobrecarga emocional, vinculada a la exposición directa al virus y la pérdida de pacientes, influye negativamente en el bienestar psicológico de estos profesionales. **Consideraciones Finales:** Los estudios revelan los principales factores que causan sufrimiento psíquico en la enfermería durante la pandemia, tales como ansiedad, depresión, estrés, insomnio, etc. Ante los posibles impactos duraderos, es crucial implementar programas que promuevan la salud mental, entornos laborales adecuados, horarios aceptables e incentivos que prioricen el bienestar emocional de los profesionales.

Palabras clave: Enfermeros, Salud Mental, Sufrimiento Psíquico, Pandemia, COVID-19.

INTRODUÇÃO

A **motivação** do presente estudo ocorre devido ao interesse no assunto durante toda a minha trajetória acadêmica e as experiências que presenciei na vida, sendo a saúde mental um tema que sempre chamou minha atenção. Cheguei até mesmo considerar cursar psicologia, entretanto, os caminhos me trouxeram até a enfermagem e foi onde me encontrei. Convivi 15 anos com minha mãe lutando contra o pânico, desenvolvi o mesmo e outros transtornos associados e devido a isso, o olhar que tenho para a temática sempre foi muito sensível e empático, além de observar também o preconceito, os estigmas que existem sobre a saúde mental e até hoje, considero que ainda falta muito a ser discutido. O que também contribuiu bastante para o desenvolvimento deste projeto foi o desdobramento de uma pandemia durante o período da minha graduação.

Segundo o Instituto Butantan (2023), uma enfermidade se torna uma pandemia quando atinge níveis mundiais, ou seja, quando determinado agente se dissemina em diversos países ou continentes, usualmente afetando muitas pessoas. Quem define quando uma doença se torna esse tipo de ameaça global é a Organização Mundial da Saúde (OMS). Uma pandemia pode começar como um surto ou epidemia; ou seja, surtos, pandemias e epidemias têm a mesma origem - o que muda é a escala da disseminação da doença.

A pandemia de COVID-19 foi causada por um vírus respiratório chamado SARS-CoV-2. Ele se espalha facilmente entre as pessoas por meio de gotículas respiratórias quando alguém infectado tosse, espirra ou fala. Os seus sintomas podem ser leves, como febre e tosse, a graves, incluindo falta de ar e fadiga. Em casos mais sérios, pode levar a complicações como pneumonia e dificuldade respiratória, o que pode ser fatal, especialmente para idosos ou pessoas com comorbidades (hipertensão, diabetes, obesidade etc.)

Para conter a propagação do vírus, diversas medidas de saúde pública foram adotadas em todo o mundo, como o distanciamento social, o uso de máscaras, a higienização frequente das mãos e o isolamento de pessoas infectadas. Com o prolongamento da pandemia por muito mais tempo que o esperado, as consequências

desse confinamento social foram aparecendo e diante desse cenário, observou-se um aumento expressivo do sofrimento psíquico na população e como consequência, o desenvolvimento de transtornos como depressão e/ou ansiedade.

O sofrimento psíquico é um estado de aflição mental que impacta a saúde emocional do indivíduo. Ele surge de experiências emocionais adversas, como traumas, estresse intenso, problemas mentais ou dificuldades nas relações interpessoais. Esse tipo de sofrimento pode se mostrar de diversas formas, como tristeza profunda, ansiedade intensa, depressão, sensação de vazio, desesperança, culpa excessiva ou irritabilidade, prejudicando a qualidade de vida (GOMES, CARVALHO e SILVA, 2021, p. 4-8).

A depressão, ou tecnicamente conhecida como transtorno depressivo maior, é uma doença psiquiátrica crônica multifatorial, caracterizada por longos períodos em que o estado de humor deprimido, a perda de interesse ou prazer em atividades anteriormente apreciadas (sendo esses dois os mais recorrentes), insônia ou hipersonia, culpa excessiva, ideação suicida e dentre outros diversos fatores, causam sofrimento significativo e prejuízos nas atividades diárias (American Psychiatric Association DSM-5, 2014).

Já a ansiedade, é uma condição presente em diversos transtornos, como: transtorno do pânico, transtorno de ansiedade social, de separação, transtornos de ansiedade generalizada (TAG), entre outros. O que caracteriza a ansiedade são sintomas que podem variar de: ansiedade e preocupação excessiva à inquietação, tensão muscular, dificuldade de concentração, sensação de falta de ar etc. E assim como a depressão, torna-se um problema quando afeta o dia a dia do indivíduo e o sofrimento clínico é intenso (American Psychiatric Association DSM-5, 2014).

No que se refere a depressão, a OMS classificou-a como o mal do século XXI. A Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2022), apontou que a ansiedade e depressão aumentaram mais de 25% somente no primeiro ano de pandemia. Ainda assim, acredito que não é um tema com uma repercussão a altura de sua importância.

Como uma condição de saúde pública onde os dados evidenciam seu aumento a cada ano em escala global, até mesmo nos países desenvolvidos, não seria diferente no Brasil diante do cenário sociopolítico que nos encontramos. Cabe destacar, que a utilização dos ansiolíticos e antidepressivos tiveram um aumento exponencial durante o período pandêmico, entretanto, esses números não param de aumentar e dados mostram

que desde antes da pandemia, o crescimento do uso destas medicações já era visível (LOPES et al., 2022).

No que se referem aos profissionais de enfermagem, eles estão expostos à riscos biológicos, físicos, químicos, psicológicos e ergonômicos, sendo dessa forma, uma profissão insalubre e perigosa, ainda mais no ambiente hospitalar (Elias e Navarro, 2006).

De acordo com Zakabi (2004), profissionais da saúde são os líderes em estresse quando comparado à outras áreas e conseqüentemente, o estresse é revertido em sintomas físicos, mentais e até mesmo doenças. O excesso de trabalho parece favorecer adoecimentos mentais e/ou físicos em trabalhadores da área da saúde, além de facilitar a ocorrência de absenteísmos, acidentes de trabalho, erros de medicação, exaustão, sobrecarga laboral e ausência de lazer. (ROBAZZI et al., 2013)

Em minha experiência pessoal, vejo muitos relatos de profissionais da saúde debilitados psicologicamente, seja pelas condições de trabalho, pela desvalorização deste, do ambiente em que estão inseridos, da pressão do dia a dia etc. Há também a dificuldade de identificar/tratar essas doenças do psíquico: ora por serem silenciosas, ora por serem subjetivas. Essas condições de trabalho – sejam elas: carga horária, ambiente impróprio, remuneração, assédio moral, falta de equipamentos/materiais, falta de autonomia etc. - afetam a saúde mental dos enfermeiros/as.

Considerando a eventualidade de transtornos psicológicos em qualquer ambiente/indivíduo, esses dados mostram uma maior probabilidade de acometimento nos profissionais da saúde. É normal que muitas vezes profissionais atendam pacientes ansiosos, depressivos, em pânico ou sob qualquer outra circunstância, todavia, caso você seja um profissional sob as mesmas condições, como contornar esse conflito? É comum que muitos profissionais escondam/omitam seus problemas internos uma vez que existe um preconceito enorme ainda a respeito das doenças da mente e conseqüentemente a sua banalização, conhecido tecnicamente como psicofobia (BRASIL. Secretaria da Saúde do Ceará. 2022).

Segundo o Guia de Saúde Mental Pós-Pandemia no Brasil (2020, p. 16) o aumento dos sintomas psíquicos e dos transtornos mentais durante a pandemia pode ocorrer por diversas causas. Dentre elas, pode-se destacar a ação direta do vírus no sistema nervoso central, as experiências traumáticas associadas à infecção ou morte de pessoas próximas na pandemia, o estresse induzido pela mudança na rotina devido às medidas de

distanciamento social ou pelas consequências econômicas, na rotina de trabalho ou nas relações afetivas e, por fim, a interrupção de tratamento por dificuldades de acesso, portanto, **justificando** este estudo.

É importante que os profissionais consigam identificar e aceitar o seu sofrimento psíquico e que as instituições possam apoiá-los neste momento delicado, fazendo com que os mesmos se sintam acolhidos e busquem alternativas de tratamento.

Uma vez que possamos observar e distinguir as principais causas, que os profissionais consigam identificar se estão passando por algum transtorno e que as instituições considerem e levem a sério, podemos tratar os profissionais acometidos, reduzir o número destes e trabalhar para minimizar os fatores correlacionados ao desenvolvimento desses distúrbios.

Dessa forma, o **objeto** deste estudo é a identificação dos impactos da pandemia do COVID-19 na saúde mental de enfermeiros e enfermeiras, a partir da **questão norteadora**: Quais foram os principais desafios enfrentados pelos enfermeiros (as) em termos de saúde mental durante a pandemia do COVID-19?

Essa pesquisa possui como **objetivo**: identificar o surgimento do sofrimento psíquico durante a pandemia do COVID-19.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma **abordagem** de pesquisa - revisão integrativa, a fim de encontrar e reunir evidências sobre os impactos da pandemia em enfermeiros e enfermeiras e a partir disso, possibilitar uma síntese e análise crítica a respeito do tema.

Segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008), a revisão integrativa inclui a análise de pesquisas relevantes que dão suporte para a tomada de decisão e a melhoria da prática clínica, possibilitando a síntese do estado do conhecimento de um determinado assunto, além de apontar lacunas do conhecimento que precisam ser preenchidas com a realização de novos estudos.

As autoras ainda referem que esse instrumento deve ser elaborado por meio de seis etapas, que respectivamente são: "estabelecimento da hipótese ou questão de pesquisa", "amostragem ou busca na literatura", "categorização dos estudos", "avaliação

dos estudos incluídos na revisão", "interpretação dos resultados" e "síntese do conhecimento ou apresentação da revisão".

A questão norteadora foi estruturada através da estratégia PICO, cujo acrônimo, significa: população (P), interesse (I) e contexto (Co), sendo P = Enfermeiros (as); I = Saúde Mental e Co = Durante a Pandemia.

Para a coleta de dados, serão utilizadas as seguintes bases: PUBMED, LILACS (Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e MEDLINE. Os **critérios de inclusão** são artigos publicados nos últimos 03 anos (2020-2023), em português, inglês ou espanhol e que tratem da temática de saúde mental. Os **critérios de exclusão** são: artigos pagos, duplicados, cartas, dissertações, relatos de experiência, teses, editoriais e textos completos não disponíveis.

A pesquisa foi realizada através de uma string de busca utilizando os seguintes descritores em inglês [meSH]: "*nurses*", "*nursing*", "*mental health*", "*mental hygiene*", "*covid-19*", "*pandemic*", "*covid-19 pandemic*" e os operadores booleanos *OR* e *AND* objetivando uma melhor precisão dos resultados.

Figura 1 – Estratégia de Busca

Estratégia de Busca nas Bases de Dados
("NURSES" OR "NURSING" AND "MENTAL HEALTH" OR "MENTAL HYGIENE" AND "COVID-19" OR "PANDEMIC" OR "COVID-19 PANDEMIC")

Fonte: Autor, 2023.

A seleção dos artigos ocorrerá da seguinte forma: exclusão por título – o título que não possuir compatibilidade com a questão norteadora, será descartado –, em seguida, se o título cumpriu este objetivo, analisa-se o resumo do texto e segue o mesmo formato e como última etapa, serão incluídos na pesquisa somente os artigos que o texto completo possui ligação com a proposta principal do artigo, ou seja, aqueles que apresentarem relação entre a pandemia e saúde mental dos enfermeiros (as). Esse processo de seleção dos artigos é baseado no Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA, 2015).

A recomendação PRISMA consiste em um checklist com 27 itens e um fluxograma de quatro etapas. O objetivo do PRISMA é ajudar os autores a melhorarem o relato de revisões sistemáticas e meta-análises. O foco foi em

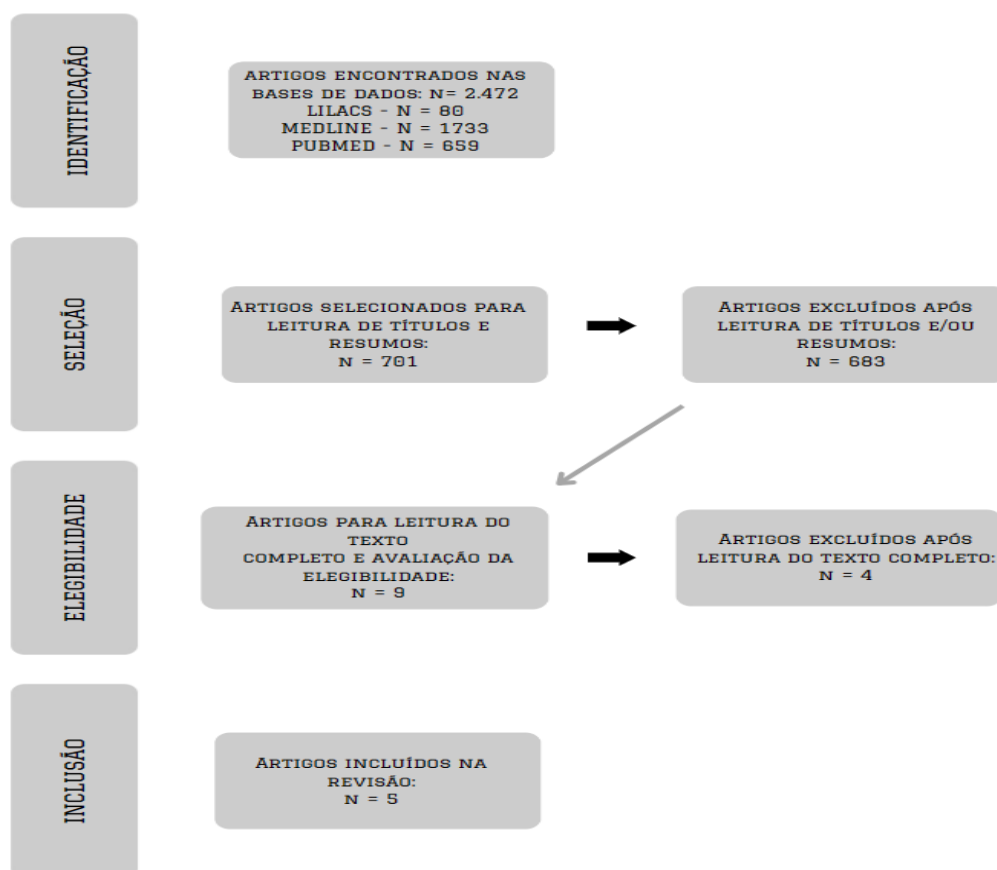
ensaios clínicos randomizados, mas o PRISMA também pode ser usado como uma base para relatos de revisões sistemáticas de outros tipos de pesquisa, particularmente avaliações de intervenções. O PRISMA também pode ser útil para a avaliação crítica de revisões sistemáticas publicadas. (EPIDEMIOLOGIA E SERVIÇOS DE SAÚDE, 2015, p. 335–342).

RESULTADOS

As estratégias de busca utilizadas nas bases de dados evidenciaram um total de 2.472 estudos, após a aplicação dos filtros e dos critérios de inclusão e exclusão, esse número foi reduzido para 701 artigos. Desses, apenas 18 atenderam o critério de compatibilidade entre título – questão norteadora. Foram excluídos mais 9 pelo resumo não ser compatível e conseqüentemente, apenas 9 foram eleitos para leitura integral.

Após leitura completa dos artigos pré-selecionados, somente 5 atenderam os critérios de elegibilidade para fazer parte da amostra. Abaixo, a representação desse processo através de uma adaptação do fluxograma PRISMA de 2015.

Figura 2 - Fluxograma da seleção dos estudos adaptado do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA, 2015).



Fonte: Autor, 2023.

Desses 5 artigos incluídos, 4 (80%) foram publicados em 2021 e somente 1 (20%) em 2023, sendo 3 (60%) deles da base de dados PUBMED e 2 (40%) da LILACS. Os resultados encontrados na MEDLINE, após leitura integral dos textos, não corroboraram com a pesquisa, sendo descartados.

Observou-se que dos artigos relevantes para a pesquisa, 3 (60%) deles utilizaram como metodologia: revisão sistemática e meta-análise; 1 (20%) revisão integrativa e 1 (20%) revisão de escopo.

O perfil dos autores variou entre discentes e docentes de enfermagem (doutores e doutoras) e outros profissionais da saúde como farmacêuticos, médicos, biomédicos etc. Não houve um recorte regional para o presente estudo, sendo considerado os resultados em qualquer região do mundo.

Os artigos foram agrupados com base em diferentes graus de comprovação científica, totalizando 7 diferentes níveis, onde o nível I refere-se a evidências oriundas de revisões sistemáticas ou análises combinadas desses estudos (meta-análises), o nível II representa evidências obtidas de pelo menos um ensaio clínico bem delineado, controlado e randomizado, o nível III corresponde a estudos controlados e bem estruturados, porém sem o uso de randomização, o nível IV inclui evidências provenientes de estudos de caso-controle ou coorte, o nível V engloba revisões minuciosas de estudos descritivos e qualitativos, o nível VI se refere a evidências provenientes de um único estudo descritivo ou qualitativo e por fim, o nível VII corresponde à opinião de especialistas ou autoridades, sem embasamento em estudos específicos.

Figura 3 - Tabela com caracterização dos estudos quanto ao seu nível de evidência, ano, autores, título e base de dados.

ANO	AUTORES	BASE	TÍTULO	EVIDÊNCIA
Fev/2021	Al Maqbali M., Al Sinani M., Al- Lenjawi B.	PUBMED	Prevalence of stress, depression, anxiety and sleep disturbance among nurses during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis.	NÍVEL I

Mar/2021	Petros Galanis et al.	PUBMED	Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis.	NÍVEL I
Abr/2021	Abin Varghese et al.	PUBMED	Decline in the mental health of nurses across the globe during COVID-19: A systematic review and meta-analysis.	NÍVEL I
Out/2021	Magda Guimarães de Araujo Faria et al.	LILACS	Repercussões para saúde mental de profissionais de enfermagem atuantes no enfrentamento à Covid-19: Revisão Integrativa	NÍVEL V
Mar/2023	Milton Domingues da Silva Junior et al.	LILACS	Os efeitos da pandemia no bem-estar dos enfermeiros brasileiros no combate ao Covid-19: uma revisão de escopo	NÍVEL V

Fonte: Autor, 2023.

DISCUSSÃO

O artigo *Prevalence of stress, depression, anxiety and sleep disturbance among nurses during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis* escrito pelos autores Al Maqbal M., Al Sinani M. e Al-Lenjawi B., por ter sido o primeiro estudo deste método, com um recorte com mais de 93 mil enfermeiros, traz um dado bastante relevante para a pesquisa:

Esta é a primeira revisão sistemática e meta-análise que relata estimativas de prevalência agrupadas para estresse, ansiedade, depressão e distúrbios do sono entre enfermeiros durante o surto de COVID-19. Os resultados mostram que mais de um terço dos enfermeiros experimentaram estresse, ansiedade, depressão e distúrbios do sono durante o surto de COVID-19, o que é superior aos surtos anteriores de MERS e SARS. Além disso, esses resultados destacam a necessidade de intervenções apropriadas que possam reduzir os impactos psicológicos nos enfermeiros. (Al Maqbal M., Al Sinani M., Al-Lenjawi B., 2021).

Além disso, Varghese *et al.* (2021) enfatizam que os efeitos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde são esperados a longo prazo.

E após a análise dos artigos incluídos no presente estudo, alguns fatos ficam em evidência, dentre eles: o corpo da enfermagem, responsável pelo maior número de profissionais atuantes na área da saúde, já demonstra ser a classe que mais é acometida por sofrimentos mentais (em cenários pandêmicos ou não). Outro fato é que a enfermagem é a linha de frente do cuidado em saúde e isso influenciou no aumento destes sofrimentos durante o COVID-19.

Segundo Joo & Liu (2021), no artigo *Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis* os enfermeiros estão sob pressão psicológica extrema e persistente, especialmente quando expostos à ameaça de infecção pelo SARS-CoV-2, e se sentem sobrecarregados pelo medo em relação à sua própria saúde, a saúde de seus familiares próximos e de seus pacientes.

Diante destes dados, outros autores corroboram com a informação:

Nessas circunstâncias, os enfermeiros enfrentam graves problemas psicológicos e mentais que poderiam levar ao esgotamento, resultando em menor produtividade, erros em ambientes clínicos e falta de cuidado ao lidar com os pacientes (Al Maqbali *et al.*, 2021; Pappa *et al.*, 2020; Salari *et al.*, 2020).

Al Maqbali *et al.* (2021) seguem dizendo que em conjunto - estresse, ansiedade, depressão e distúrbios do sono - são problemas significativos para enfermeiros em todo o mundo durante surtos de doenças infecciosas.

O estresse é a reação do corpo diante de situações que são percebidas como difíceis, ameaçadoras ou que ultrapassam a habilidade de adaptação de alguém. Essas situações podem envolver desafios físicos, emocionais ou psicológicos que fazem com que o organismo reaja em busca de uma resposta para lidar com elas (BALLONE, [s.d.]).

Enquanto sofrimento psíquico, o estresse não é caracterizado como tal, em vez disso, considera-se suas manifestações e impactos em uma variedade de transtornos, entendendo a sua relevância como um fator que pode desencadear ou agravar condições emocionais e psicológicas diversas, sendo analisado em situações específicas, como no Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), Transtorno de Estresse Agudo e em Transtornos Relacionados ao Estresse. É reconhecido como um elemento que contribui

para o desenvolvimento da depressão, ansiedade, insônia, entre outros (American Psychiatric Association DSM-5, 2014).

Faria *et al.* (2021) evidenciam em suas pesquisas que a ansiedade é o sofrimento com maior repercussão dentre os profissionais da linha de frente e que ao perder algum de seus pacientes, o nível de ansiedade pode aumentar expressivamente.

Faria *et al.* e Varghese *et al.* (2021) identificam que a depressão, um dos fatores de maior relevância no contexto pandêmico, foi maior em relação as mulheres quando comparado aos homens. O artigo divide a depressão em 4 graus: leve, moderada, severa e altamente severa, sendo sua grande maioria, grau leve.

Alguns dos fatores de risco apontados como preponderante para o acometimento dessa doença foram a idade, onde os mais novos – consequentemente menos experientes – tinham maior chance de desenvolvimento da depressão devido ao número de horas trabalhadas e rotatividade de setores.

No estudo *Decline in the mental health of nurses across the globe during COVID-19: A systematic review and meta-analysis* dos autores Abin Varghese *et al.* conclui-se que altos níveis de ansiedade podem ser um precursor para outros problemas de saúde mental, como depressão e insônia. Destacou-se que a depressão é responsável pelo maior ônus de incapacidade entre os transtornos mentais e comportamentais. Isso pode levar a várias consequências, incluindo redução no desempenho no trabalho, maior risco de acidentes, propensão ao abuso de substâncias etc.

Destaca-se que o afastamento social teve um papel significativo nos problemas de saúde mental em toda a comunidade, não se restringindo somente aos profissionais de saúde. Ao analisar adultos jovens, os dados comparativos entre janeiro e maio de 2020 indicaram um aumento estatisticamente relevante na ocorrência de sintomas depressivos. (Magda *et al.*, 2021).

Evidencia-se que, ao analisar a prevalência dos impactos na saúde mental de enfermeiros em várias regiões do mundo durante a pandemia de COVID-19, foram identificadas taxas mais elevadas de sofrimento psíquico, tais como ansiedade, estresse, depressão, transtorno de estresse pós-traumático e insônia (Varghese *et al.*, 2021). Esses resultados foram consistentes entre enfermeiros de todo o mundo, corroborando para o objetivo do presente estudo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É bem nítida a realidade preocupante enfrentada pelos profissionais de enfermagem no período pandêmico. Os estudos conseguiram sintetizar os principais fatores responsáveis pela prevalência do sofrimento psíquico na classe.

Haja vista os possíveis efeitos a longo prazo, também apontado pelos autores, é de suma importância o desenvolvimento de programas que priorizem a saúde mental e bem-estar desses profissionais, assim como ambientes de trabalho dignos, jornadas de trabalho humanamente aceitáveis, compreensão com a singularidade dos indivíduos e incentivos, não somente financeiro, mas que permitam a aproximação do profissional para com o cuidado de sua saúde mental.

REFERÊNCIAS

AL MAQBALI, M.; AL SINANI, M.; AL-LENJAWI, B. Prevalence of stress, depression, anxiety and sleep disturbance among nurses during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. **Journal of Psychosomatic Research**, v. 141, p. 110343, fev. 2021.

American Psychiatric Association DSM-5 ®. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <<https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>>. Acesso em: 22 nov. 2023.

BALLONE, G. J. **Estresse, ansiedade e esgotamento**. Disponível em: <<https://cerebromente.org.br/n11/doencas/estresse.htm>> Acesso em: 22 nov. 2023.

DOMINGUES, M. et al. OS EFEITOS DA PANDEMIA NO BEM-ESTAR DOS ENFERMEIROS BRASILEIROS NO COMBATE AO COVID-19: UMA REVISÃO DE ESCOPO. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 2, p. 701–719, 30 mar. 2023.

ELIAS, M. A.; NAVARRO, V. L. A relação entre o trabalho, a saúde e as condições de vida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola. **Rev. Lat. Am. Enfermagem**. v. 14, n. 4, p. 517-25, 2006.

Entenda o que é uma pandemia e as diferenças entre surto, epidemia e endemia. Disponível em: <<https://butantan.gov.br/covid/butantan-tira-duvida/tira-duvida-noticias/entenda-o-que-e-uma-pandemia-e-as-diferencas-entre-surto-epidemia-e-endemia>>. Acesso em: 15 out. 2023.

FARIA, M. G. DE A. et al. Repercussões para saúde mental de profissionais de enfermagem atuantes no enfrentamento à Covid-19: revisão integrativa. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 11, n. 0, p. 70, 7 out. 2021.

GALANIS, P. et al. Nurses' Burnout and Associated Risk Factors during the COVID-19 pandemic: a Systematic Review and Meta-analysis. **Journal of Advanced Nursing**, v. 77, n. 8, p. 3286–3302, 2021.

GOMES, A. G. A.; CARVALHO, C. J. DE; SILVA, D. O. DA. **Acolhimento ao Sofrimento Psíquico**. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <<http://www.cchsa.ufpb.br/cchsa/editores/destaques/acolhimento-ao-sofrimento-psiquico/cartilha-acolhimento-ao-sofrimento-psiquico-ufpb.pdf>>. Acesso em 22 nov. 2023.

LOPES, J. M. et al. Uso elevado de psicofármacos durante a pandemia da COVID-19: uma análise a partir de levantamentos epidemiológicos. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p. e47511831180, 26 mai. 2022.

MELNYK, B. M. et al. Evidence-Based Practice: Step by Step: The Seven Steps of Evidence-Based Practice. **AJN, American Journal of Nursing**, v. 110, n. 1, p. 51–53, jan. 2010.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. DE C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758–764, dez. 2008.

“O pior agravante é ignorar o sofrimento do outro”: especialista alerta sobre estigma envolvendo saúde mental. Disponível em: <<https://www.saude.ce.gov.br/2022/01/03/o-pior-agravante-e-ignorar-o-sofrimento-do-outro-especialista-alerta-sobre-estigma-envolvendo-saude-mental>>. Acesso em: 22 abr. 2023.

Pandemia de COVID-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em>>. Acesso em: 22 abr. 2023.

Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 24, n. 2, p. 335–342, jun. 2015.

ROBAZZI, Maria Lúcia do Carmo Cruz; MAURO, Maria Yvone Chaves; SECCO, Iara Aparecida de Oliveira; DALRI, Rita de Cássia de Marchi Barcellos; FREITAS, Fabiana Cristina Taubert de; TERRA, Fábio de Souza; SILVEIRA, Renata Cristina da Penha. Alterações na saúde decorrentes do excesso de trabalho entre trabalhadores da área de saúde [Health changes from overwork among health sector workers] [cambios en la salud por exceso de trabajo entre trabajadores del área salud]. **Revista Enfermagem UERJ**, [S. l.], v. 20, n. 4, p. 526–532, 2013. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/enfermagemuerj/article/view/5657>. Acesso em: 17 out. 2023.

ROHDE, L. A et al. **Guia de Saúde Mental Pós-Pandemia no Brasil.** Disponível em: <<http://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2020/12/Guia-de-saude-mental-pos-pandemia-no-Brasil.pdf>>. Acesso em: mar. 2023.

SILVA, F. P. P. Burnout: um desafio à saúde do trabalhador. **Rev. Psicologia Social e Institucional. Londrina, PR**, v. 2, n. 1, 2000.

VARGHESE, A. et al. Decline in the mental health of nurses across the globe during COVID-19: A systematic review and meta-analysis. **Journal of Global Health**, v. 11, n. 11, 10 abr. 2021.

ZAKABI, R. Stress: ninguém está a salvo desse mal moderno, mas é possível aprender a viver com ele. **Revista Veja**, v. 37, n. 6, p. 66-75, 2004.