



Impacto na saúde mental dos enfermeiros que atuaram na linha de frente durante a pandemia da Covid-19: uma revisão integrativa


Impact on the mental health of frontline nurses during the Covid-19 pandemic: an integrative review

 DOI: 10.55892/jrg.v6i13.751

 ARK: 57118/JRG.v6i13.751

Recebido: 15/09/2023 | Aceito: 08/11/2023 | Publicado: 12/11/2023

Clara Lopes de Matos¹


 <https://orcid.org/0009-0009-9874-0245>


 <http://lattes.cnpq.br/9616627745317309>

Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos-UNICEPLAC, DF, Brasil

E-mail: claraldmatos@gmail.com

Vitória Marinho da Rocha²


 <https://orcid.org/0009-0002-3910-0562>


 <http://lattes.cnpq.br/8027254782064122>

Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos-UNICEPLAC, DF, Brasil

E-mail: vick.marinho44@gmail.com

Marina Shinzato Camelo³

 <https://orcid.org/0000-0001-8312-5244>

 <http://lattes.cnpq.br/4009171271280336>

Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos-UNICEPLAC, DF, Brasil

E-mail: marina.camelo@uniceplac.edu.br



Resumo

Objetivo: Analisar os principais fatores que impactaram a saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia do coronavírus. **Métodos:** Revisão bibliográfica integrativa realizada por meio de levantamento de artigos publicados entre 2020 e 2023. **Resultados:** Os profissionais de enfermagem atuaram com dedicação durante a pandemia da Covid-19 no mundo. Estiveram em contato direto com a doença e os sentimentos dos pacientes, os enfermeiros passaram por impactos psicológicos enquanto lidavam com a pandemia. **Conclusão:** Um dos fatores que mais impactaram os enfermeiros foram as más condições de trabalho encontradas durante a pandemia de Covid-19, sendo um dos fatores relacionados ao aumento dos danos psicológicos. Por fim, observou-se a importância de realizar um acompanhamento psicológico para os profissionais afetados.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Enfermagem. Avaliação em Saúde. Covid-19.

¹ Graduanda em Enfermagem pela UNICEPLAC.

² Graduanda em Enfermagem pela UNICEPLAC.

³ Doutoranda em Enfermagem pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Faculdade de Saúde, Universidade de Brasília - UnB. Mestre em Enfermagem, Universidade de Brasília - UnB. Especialista em Saúde Pública com ênfase em Saúde da Família, Centro Universitário Internacional - UNINTER. Bacharel em Enfermagem pela Universidade de Brasília - Campus Ceilândia.

Abstract

Objective: To analyze the main factors that impacted the mental health of nurses during the coronavirus pandemic. Methods: Integrative bibliographic review carried out through a survey of articles published between 2020 and 2023. Results: Nursing professionals have worked with dedication during the Covid-19 pandemic in the world. They were in direct contact with the disease and the feelings of the patients, the nurses went through psychological impacts while dealing with the pandemic. Conclusion: One of the factors that most impacted nurses was the poor working conditions encountered during the Covid-19 pandemic, being one of the factors related to the increase in psychological damage. Finally, the importance of psychological counseling for affected professionals was noted.

Keywords: *Quality of Life. Nursing. Health Evaluation. Covid-19.*

1. Introdução

Em 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) publicou a Declaração de Emergência em Saúde Pública de Importância Internacional, em decorrência da infecção humana pelo novo coronavírus (coronavírus disease 2019 – Covid-19), doença causada pelo SARS-CoV-2. No Brasil, a Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN) em decorrência da Covid-19 foi declarada por meio da Portaria no 188/ GM/MS, em 3 de fevereiro de 2020. O primeiro caso foi documentado na China, no final de dezembro de 2019, e milhões de casos confirmados em mais de 210 países e territórios (OMS, 2020).

A Covid-19 já trazia um grande impacto global, sendo considerada a síndrome respiratória viral mais severa desde a pandemia de influenza H1N1, em 1918 (FERGUSON et al., 2020). Os sintomas da Covid-19 frequentemente envolvem tosse, febre e dificuldades respiratórias (CARVALHO et al., 2020).

Desde o início da pandemia de Covid-19, os profissionais de saúde enfrentaram mudanças significativas em suas rotinas de trabalho, experimentando mudanças tanto em suas vidas pessoais quanto profissionais. Os enfermeiros desempenham um papel crucial na linha de frente em diversas áreas da saúde, fornecendo apoio, triagem de casos suspeitos, coletando amostras para exames, fornecendo orientações sobre o isolamento e fornecendo os cuidados e procedimentos necessários para pacientes hospitalizados, como higiene, administração de medicamentos e assistência às vias respiratórias. Além disso, têm participação ativa em atividades de educação em saúde, gestão hospitalar, ensino e pesquisa (CALIARI et al., 2022).

O empenho e esforço da sociedade auxiliou no enfrentamento contra a propagação do vírus, bem como, a dedicação dos profissionais de enfermagem presentes na linha de frente contra o desenvolvimento do Coronavírus.

Assim, no decorrer do empenho da enfermagem em combater o vírus, desencadeou pressões psicológicas, acúmulo de trabalho, exaustão física, mental e emocional, ocasionando doenças como ansiedade e depressão, alcoolismo e ainda, a Síndrome de Burnout. Através do reconhecimento da síndrome como uma doença ocupacional e suas consequências, há a necessidade de análise dos estudos relacionados aos impactos mentais para obter o tratamento adequado.

Uma das repercussões mais graves da pandemia, de acordo com o COFEN, é a manifestação da síndrome de Burnout entre os profissionais de saúde. Estes profissionais trabalham na linha de frente, enfrentam uma exposição extrema ao vírus e lidam com jornadas de trabalho exaustivas e intermináveis (COFEN, 2021).

O Burnout, intimamente relacionado ao trabalho, é uma esfera específica que afeta trabalhadores de vários profissionais. No entanto, os profissionais da saúde são particularmente afetados, especialmente no período pós-pandemia (COFEN, 2021).

Desse modo, diante dos fatores advindos da falta de preparo para os enfermeiros dentro dos ambientes trabalhados, o descanso necessário, a necessidade de estar 24 horas por dia na assistência dos pacientes, contribuíram diretamente para o Burnout na categoria (COFEN, 2021).

Os danos psicológicos apresentados trouxeram sinais de alerta para os profissionais de enfermagem quanto ao cuidado e empenho de melhorar a qualidade de vida, visto que, diz respeito ao bem-estar da saúde nos âmbitos social, mental, físico e emocional.

Diante do cenário mundial, e levando em conta a atuação da enfermagem, o objetivo deste estudo é analisar na literatura científica os principais fatores que impactaram a saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia de Covid-19.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão de literatura que busca realizar um levantamento bibliográfico de acordo com a temática “saúde mental do enfermeiro relacionada à pandemia da Covid-19”.

Para elaboração desta pesquisa foram utilizadas as seguintes etapas: elaboração de questão norteadora, estruturação de objetivos geral e específicos, seleção dos artigos com base na inclusão e exclusão, pesquisa do assunto abordado no tema.

Quanto ao objetivo, criou-se a pergunta da pesquisa para que pudesse nortear o trabalho, sendo assim, a questão foi: Qual o impacto da pandemia do Covid-19 na saúde mental dos enfermeiros que atuaram na linha de frente da assistência?

A estratégia PICO foi a utilizada para elaboração da questão norteadora, avaliando artigos selecionados de acordo com os títulos e objetivos propostos no artigo.

Foram realizadas pesquisas nas bases PubMed, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs). Os descritores utilizados são: “Qualidade de Vida”, “Enfermagem”, “Avaliação em Saúde”, “Saúde Mental”, “Estresse Ocupacional”, “Covid-19” e “Pandemias”, combinados por meio do operador booleano AND.

Os critérios de inclusão e exclusão foram: qualquer idioma que apresentasse a temática proposta, com limite temporal de 2020 a 2023 por ser o período da pandemia. Os artigos e documentos bibliográficos selecionados tiveram como abordagem os profissionais de enfermagem que estiveram na linha de frente no combate à Covid-19 durante o período pandêmico e as consequências ocasionadas em meio à realidade enfrentada por esses profissionais, bem como, as dificuldades enfrentadas.

Os critérios de exclusão foram artigos que não acrescentavam ao tema do trabalho, que tinham a publicação de seus artigos antes de 2020, ou não tinham como foco a saúde mental e os impactos causados durante a pandemia.

As estratégias usadas em cada base de dados são descritas a seguir. Na SciELO a estratégia de busca foi “Qualidade de Vida” AND “Profissionais de Enfermagem” AND “Covid-19” AND “Pandemias” e também “Estresse Ocupacional” AND “Enfermagem”. Na Pubmed utilizou-se “Enfermagem” AND “Saúde Mental” AND

“Covid-19”. Na MedLine e Lilacs utilizou-se a mesma estratégia de busca: “Enfermagem” AND “Saúde Mental” AND “Covid-19” AND “Estresse Ocupacional”.

Reunindo as bases de dados, encontrou-se 30 artigos, dos quais apenas 11 preenchem os critérios de inclusão para a revisão. Dos artigos utilizados, três são da base SciELO, dois da Pubmed, quatro da Lilacs e dois da MedLine.

Durante a leitura, foram elaborados resumos breves sobre a temática principal para serem discutidos entre as autoras averiguando possíveis tópicos norteadores em comum entre os estudos.

3. Resultados e Discussão

Quadro 1

Distribuição dos artigos selecionados conforme periódico, autores/ano, delineamento, objetivo, resultados e conclusão.

Periódicos	Autores/Ano	Delineamento	Objetivo	Resultado	Conclusão
Revista Brasileira de Enfermagem	Caliari <i>et al.</i> , 2022	Estudo transversal e analítico.	Realizar a avaliação da qualidade de vida do profissional de enfermagem durante a pandemia do Covid-19.	Os profissionais avaliados exibiram uma contagem total média frente a qualidade de vida. Em relação às variáveis com o WHOQOL-bref tiveram: vínculo empregatício, desempenho do profissional frente à pandemia e as consequências.	A análise indicou uma compreensão que aponta menor percepção de qualidade de vida associados ao domínio social, e ainda, a necessidade de interpor medidas para redução dos danos à saúde dos enfermeiros.
Revista Gaúcha de enfermagem	Pinheiro <i>et al.</i> , 2023	Estudo transversal.	Verificar o bem-estar profissional, bem como, o estresse ocupacional nos enfermeiros.	A amostra foi organizada por 150 profissionais. A média da escala de estresse foi em um grau equilibrado. Ainda se verificou compaixão, burnout e estresse pós-traumático.	Constatou-se estresse no trabalho e cansaço por compaixão na amostra. O estudo esclarece a necessidade de inserir métodos para diminuir danos psicoemocionais dos profissionais.
Revista da escola de enfermagem da USP	Centenaro <i>et al.</i> , 2022	Estudo multicêntrico de métodos mistos (quantitativo transversal e qualitativo)	Rastrear transtornos mentais comuns para analisar conexão com adoecimento	Verificou-se prevalência de mulheres na pesquisa, bem como a presença de adoecimentos psíquicos e uso	A partir da identificação do adoecimento psíquico sugeriu-se oferta de

		descritivo).	mental dos trabalhadores de enfermagem de unidades Covid-19.	de medicamentos psicoativos.	subsídios na assistência psicoemocional aos enfermeiros.
Revista Enfermagem UERJ	Acioli <i>et al.</i> , 2022	Estudo exploratório, descritivo com abordagem qualitativa.	Retratar os impactos da pandemia da Covid-19 para a saúde dos enfermeiros.	Identificou-se o medo e a vulnerabilidade durante o estudo.	A partir da vulnerabilidade do profissional causado pela exposição durante a pandemia, observou a necessidade de acolhimento ao enfermeiro e melhoria nas condições laborais.
RLAE - Revista latino-americana de enfermagem	Alves <i>et al.</i> , 2022	Estudo observacional e transversal.	Classificar a ligação entre a realidade de trabalho do enfermeiro e os indícios psicopatológicos na pandemia.	Através dos participantes, encontraram conexão entre psicoticismo e o período de trabalho semanal.	O crescimento de sintomas psicopatológicos entre os enfermeiros foi relacionados a violência, idade, trabalho exagerado e falta de assistência psicológica. Sugerindo a criação de medidas para o acolhimento de tais diligências.
Revista Escola Anna Nery	Ramos-Toescher <i>et al.</i> , 2020	Artigo Reflexivo.	Refletir sobre os efeitos da pandemia Covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem e abordagens realizadas para reduzir os danos.	Realizou-se um levantamento dos principais recursos de apoio para manejo de situações estressantes como as que os profissionais vivenciaram durante a pandemia.	Reuniu-se recursos de apoio aos profissionais de saúde para o enfrentamento das implicações da pandemia para a saúde mental.

Nursing Open	Ahorsu <i>et al.</i> , 2021	Pesquisa Transversal.	Examinar os papéis de intervenção do burnout e estresse no trabalho associado ao medo do Covid-19 e da saúde mental dos enfermeiros de emergência.	Avaliou-se alterações no estresse laboral, exaustão emocional e despersonalização caracterizado pelo medo advindo do Covid-19.	Verificou-se que o medo do Covid-19 influenciou negativamente na saúde mental dos enfermeiros da emergência, trazendo complicações psicológicas e laborais.
Revista de pesquisa Cuidado é Fundamental - UNIRIO	Nascimento <i>et al.</i> , 2022	Estudo quantitativo transversal.	Identificar os sinais e sintomas do estresse prevalentes em profissionais da enfermagem que atuaram no combate a Covid-19.	Verificou-se presença de sintomas físicos e psicológicos resultando em ausências, aumento no número de atestados e afastamento dos setores destinados a Covid-19 do hospital.	Evidenciou-se que a realidade da pandemia trouxe estressores na rotina dos profissionais, resultando em sintomas físicos e psicológicos.
Revista de Enfermagem UFPE On Line	Peixoto <i>et al.</i> , 2022	Estudo de corte transversal, descritivo e analítico com abordagem quantitativa.	Análise da combinação entre o sofrimento mental e as características dos enfermeiros que trabalharam na pandemia de Covid-19 em Rondonópolis-MT.	Entre os enfermeiros analisados, 57,4% mostraram preditivo de sofrimento mental por diversas razões.	Concluiu-se sugerindo práticas preventivas relacionadas à saúde mental, a partir dos fatores apresentados.
Online Brazilian Journal of Nursing	Lopes <i>et al.</i> , 2023	Estudo do tipo descritivo com abordagem quantitativa de corte transversal.	Avaliar a qualidade de vida do residente de enfermagem em meio à pandemia da Covid-19.	Avaliou-se baixa satisfação com sono/repouso trazendo piora nas condições de saúde e bem estar dos residentes.	Conclui-se que a diminuição da QV dos residentes pode estar relacionada aos padrões de sono/repouso, bem como o uso de medicação e tratamentos médicos.
Revista de Saúde Pública do Paraná	Gonçalves <i>et al.</i> , 2022	Pesquisa descritiva e quantitativa.	Verificar as repercussões para saúde física e mental dos	Durante a pesquisa, foram observados a necessidade de melhora na	Foi apresentado a importância de intervenções próprias para

			enfermeiros que atuaram durante a pandemia da Covid-19.	qualidade de vida do enfermeiro.	os profissionais de enfermagem para acabar com o adoecimento físico e mental.
REVISA- Revista de divulgação científica sena aires	Lima <i>et al.</i> , 2022	Revisão integrativa.	Analisar os principais desafios que os profissionais de Enfermagem têm no enfrentamento da Covid-19.	Avaliaram fatores estressantes para a enfermagem durante a pandemia, e os desafios enfrentados por esses profissionais para promoção da saúde ocupacional.	A garantia de condições emocionais e adaptação psicológica dos enfermeiros foram dois pontos imprescindíveis para melhoria da saúde mental dos enfermeiros e para que consigam enfrentar a pandemia.

Fonte: Autoras, 2023.

Qualidade de vida

Os estudos encontrados apresentaram a QV como o conhecimento do ser humano de sua posição na vida, o que inclui a saúde física, psicológica, nível de independência, autonomia, crenças, relações sociais, meio ambiente (LOPES et al., 2023). Ainda, acrescentou-se que a qualidade de vida se relaciona diretamente com as ambições acerca do futuro e o padrão espiritual (CALIARI, 2023).

Deste modo, para ser descrito como um indivíduo com boa qualidade de vida, todas as relações pessoais e comunitárias devem estar de acordo com o seu bem-estar sendo ele físico ou psíquico, de um modo geral ou individual, no sono, na alimentação, boa convivência, ambiente saudável e relacionamento sadio.

Tendo como o público alvo os profissionais enfermeiros, caracterizou-se a Qualidade de Vida Profissional (QVP) por dois fatores: Satisfação por Compaixão (SC), como aspecto positivo e Fadiga por Compaixão (FC), como aspecto negativo (PINHEIRO, 2023).

Nele, a SC está relacionada ao profissional que se sente bem ao ajudar a cuidar da pessoa que se encontra em situação difícil ou traumática. Já a FC é como um sentimento piedoso, que simpatiza exageradamente com o outro com o intuito de ajudá-lo, porém acaba sendo algo ruim para o próprio profissional (PINHEIRO, 2023).

Durante a pandemia da Covid-19 e por meio dos estudos realizados no período, foram apresentados fatores que acabam interferindo na integridade da qualidade de vida dos enfermeiros, acarretando complicações na saúde mental dos mesmos.

Em uma das buscas especificou-se que a Covid-19 tem o potencial para afetar a atenção, a compreensão e a capacidade de tomada de decisão dos trabalhadores, portanto, esses impactos podem levar a um declínio do bem-estar e um sofrimento mental (ALVES, 2022).

Desse modo, os fatores que influenciaram na piora da qualidade de vida dos enfermeiros foram as jornadas laborais exaustivas, baixo salário ou ausência de piso salarial, precariedade das condições de trabalho com escassez de equipamentos de proteção individual (EPI's), carência de qualificação profissional, indefinição de protocolos para auxílio para um serviço de qualidade, angústia com o aumento de contaminações, medo de transmitir a doença para seus familiares, baixa qualidade de sono e repouso (LOPES, 2023).

Acerca desses fatores, em outro estudo relacionou-se o sofrimento em diferentes esferas o contexto laboral, social e familiar assim dizendo, o sofrimento mental, principalmente vindo de uma pandemia, pode acarretar em complicações no trabalho, dentro de casa com familiares e amigos, bem como na sociedade (ACIOLI, 2022).

Fatores que influenciaram na qualidade de vida e bem-estar

Dentre os impactos negativos causados na qualidade de vida (QV) dos profissionais de enfermagem, estão a alteração do desempenho no trabalho e o estado de saúde, que são ocasionados, principalmente, por fatores psicológicos, tais como estresse e ansiedade (CALIARI et al., 2021).

Além do estresse e da ansiedade, outros fatores colaboram para o desgaste físico e mental, tais como a carga horária, ambiente de trabalho e exposição a fatores de risco, o que resulta em reflexos negativos na QV (CALIARI et al., 2021).

A sobrecarga física e emocional teve impacto direto com a relação entre as equipes e também a saúde dos profissionais. O sono e repouso foram uma das áreas mais afetadas, causando assim o aumento no consumo de medicamentos para dormir (CALIARI et al., 2021).

A partir das pesquisas realizadas obteve-se o quantitativo de sintomas físicos e psicológicos mais referidos pelos profissionais. Dentre os sintomas físicos estão: tensão muscular, sensação de desgaste físico constante, problemas com a memória, cansaço constante e insônia. Sendo que, dentre os citados, o mais prevalente é a tensão muscular. Já dentre os sintomas psicológicos se destacaram o cansaço excessivo, angústia ou ansiedade diária, sensibilidade emotiva excessiva, irritabilidade excessiva e irritabilidade sem causa aparente. O mais prevalente foi o cansaço excessivo. Com base nesses sintomas foi possível verificar o grande número de atestados e afastamentos dos profissionais da enfermagem dos setores destinados a Covid-19 (NASCIMENTO, 2019).

Antes do advento da pandemia, os enfermeiros estavam incorporados a uma perspectiva precária de desempenho profissional, encarando a falta de recursos materiais, financeiros e humanos impedindo os mesmos de exercer um auxílio de qualidade para seus pacientes, não assegurando melhores condições para o cuidado com os trabalhadores (GONÇALVES et al., 2022).

No estudo realizado por Centenaro et al. (2022), é possível observar nas falas dos enfermeiros cada sentimento sobre todos os fatores que os acometeram durante a pandemia:

Enf 1: (...) tenho vivido muitas coisas aqui dentro que nunca imaginei (...) um turbilhão de emoções (...) a ansiedade piorou muito (...) porque eu gosto de ter resultados e aqui [unidade Covid-19] é tudo muito devagar... então, o impacto na minha saúde mental foi muito grande (...)

Enf 2: (...) está sendo muito difícil psicologicamente. A gente vê tantas pessoas, até mesmo jovens morrendo. É difícil. (...) é muito estressante, estou muito cansado. Não sei se eu vou seguir na profissão (...)

Enf 1: (...) não tenho convívio com outras pessoas (...) tenho até medo de conversar, de me relacionar com as pessoas (...) eu gosto muito de sair, de

me divertir, de festas e isso não teve mais. Foi gerando estresse, uma sensação de estar presa (...)

Enf 3: (...) [antes da pandemia] eu chegava em casa, deitava e dormia. Hoje, eu chego e a minha pequena está acordada. Eu brinco que eu tenho a responsabilidade de fazê-la dormir (...) a minha sogra vinha para cuidá-la, mas por eu estar transitando em dois hospitais... medo de acabar contaminando-a (...)

Enf 4: (...) eu tenho comido demais (...) e essa mudança de horário, não consigo me adaptar. Meu sono está muito prejudicado. Durmo pouco. Tenho dormido quatro horas, cinco horas. Hoje, eu dormi três horas, porque eu tinha que entrar às setes horas [na unidade Covid-19], então eu fico ansiosa achando que vou perder a hora (...) (CENTENARO *et al.*, 2022, pgs 4 e 5).

A partir da pesquisa de um dos estudos com residentes de enfermagem atuantes na pandemia da Covid-19, foi apontado um menor índice de satisfação do aspecto sono/repouso como uma ação não conservada (LOPES, 2023).

Ainda no mesmo assunto aponta, através de outros estudos, que a privação dessas necessidades pode acarretar piora nas condições de saúde e bem-estar, sendo assim, com o agravo da qualidade de vida, pode gerar sintomas relacionados à depressão, ansiedade, diminuir a atuação profissional, provocar acidentes durante a assistência (LOPES, 2023).

Os profissionais mantêm o compromisso com os cuidados dos pacientes, família e comunidade, portanto, diante da responsabilidade provocada na vida profissional e pessoal dos enfermeiros, o sentimento de desistência tornou-se presente devido aos traumas gerados após encarar a pandemia (GONÇALVES, 2022).

Nos setores de trabalho dos profissionais as experiências marcadas com dor, sofrimento e morte tornaram-se características durante o período pandêmico, relacionando a trabalhos intensivos e de jornadas longas, salários baixos, escassez de materiais e relações humanas complexas (LIMA *et al.*, 2021).

Para mitigar os traumas, sintomas decorrentes da vivência estabelecida na enfermagem, faz-se importante a busca de intervenções e auxílios psicológicos e trabalhistas para que promova o bem-estar mental dos profissionais de enfermagem, auxiliando na jornada de trabalho, priorizando horários de descanso, trazendo benefícios financeiros e abastecendo com a quantidade adequada de EPI (GONÇALVES, 2022).

Intervenções e suportes de saúde mental

Os profissionais da saúde, por estarem de forma direta e indiretamente em contato com a doença durante a pandemia, tornaram-se mais suscetíveis a agravarem sua saúde mental. Um dos estudos definiu que o profissional de enfermagem em sofrimento se vê impedido de exercer as múltiplas possibilidades de sua vida (HUMEREZ, 2023). É fundamental que haja uma preocupação com toda a equipe hospitalar para eximir-se de danos sem um precedente na saúde mental dos mesmos (MORAIS, 2021 apud Walton, 2020).

Durante a busca nos artigos, acentuou-se que haviam poucas iniciativas na adoção de estratégias para identificar necessidades psicossociais e situações de vulnerabilidade emocional dos profissionais, ou seja, muitos profissionais por falta de tempo, aumento das cargas horárias de trabalho e do distanciamento social acabaram por esquecer um pouco dos cuidados emocionais e psicológicos, provocando piora em seus quadros (PEIXOTO, 2022).

Deste modo, ressalta-se que as ações de saúde mental precisam ser recomendadas desde a primeira fase de resposta do surto. Para que haja suporte e resultado positivo na jornada de trabalho, a busca por auxílio psicológico pelos serviços de telemedicina e telessaúde tornou-se presente durante a pandemia, apesar da movimentação ser bastante lenta (RAMOS-TOESCHER, 2023).

Além de apoio psicológico, observou-se, durante os estudos, a importância da atividade física como uma manifestação positiva para avaliar os scores de Satisfação por Compaixão, dizendo que os melhores níveis de qualidade de vida encontravam-se nos indivíduos que realizavam atividades físicas. A prática é considerada como uma estratégia eficaz com resultados positivos, visto que auxilia no equilíbrio emocional (PEIXOTO, 2023).

A pesquisa de Milaneis (2021) realizou revisão de literatura sobre a importância da atividade de física na saúde mental do público de seu interesse e acadêmicos de medicina. Deparou-se com o estudo de Menguer (2021) trazendo uma pesquisa realizada com o público infantil mostrando a importância da natação para aquelas crianças, havendo a capacidade até de mitigar com os sintomas psicológicos apresentados por aqueles indivíduos.

Para melhoria da qualidade de vida e bem-estar é importante fornecer condições adequadas para se trabalhar, organizar o turno de trabalho mediante a necessidade do profissional, suporte psicológico, evitar remanejamentos constantes, oferecer práticas integrativas e complementares e educação permanente (NASCIMENTO, 2022).

Uma das intervenções citadas nos artigos estudados foi de criar diretrizes voltadas para o acolhimento, propostas institucionais de suporte emocional (ALVES, 2022). Em outro artigo, sublinhou-se sobre o fornecimento de recursos suficientes para acalmar os medos dos enfermeiros sobre o cumprimento de seus deveres durante a pandemia (AHORSU, 2021).

Por fim, evidencia-se a importância do trabalho multiprofissional dentro do ambiente de trabalho do enfermeiro com enfoque na assistência psicológica, o cuidado da saúde física e mental como um facilitador para um melhor bem-estar pessoal e profissional, e uma assistência de qualidade e comprometida com os clientes atendidos.

4. Conclusão

Tendo como objetivo analisar na literatura os fatores que influenciaram na qualidade de vida e na saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia da Covid-19, foi possível observar uma definição em comum sobre o significado de qualidade de vida juntamente com a Organização Mundial da Saúde, possibilitando compreender os efeitos do bem-estar do enfermeiro dentro da qualidade de vida.

Além de abordar, de acordo com os artigos, o adoecimento dos profissionais durante o período pandêmico, os estudos apontaram os fatores que influenciaram na piora do estado de saúde mental e afetaram a vida profissional e pessoal. Identificou-se sintomas como ansiedade, medo, pânico, falta de sono/reposo, má alimentação e uso de medicamentos em excesso.

Desse modo, ressalta-se a importância de um acompanhamento psicológico para estes profissionais e a influência positiva que a atividade física pode gerar na qualidade de vida. Os artigos trouxeram orientações para gestores hospitalares sobre uma melhora na jornada de trabalho, a valorização dos profissionais, o benefício salarial. Também foi abordado sobre a forma de como conter os profissionais fornecendo recursos materiais, financeiros e psicológicos.

O apoio multiprofissional, com enfoque na psicologia, é outra forma de suporte em saúde visando o bem-estar e a qualidade de vida de todos os profissionais da saúde, em especial aos enfermeiros que estavam na linha de frente e foram citados durante este trabalho.

Os resultados indicam a necessidade de melhorias na assistência psicossocial em diferentes áreas de trabalho, visando reduzir os sintomas recorrentes dos traumas da pandemia e evitar impactos psicológicos semelhantes no futuro.

Referências

ACIOLI D. M. N. et al. Impactos da pandemia de Covid-19 para a saúde dos enfermeiros. **Revista Enfermagem UERJ**. 2022. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.12957/reurj.2022.63904>. Acesso em: 27 fev. 2023.

AHORSU D. K. et al. A associação entre o medo do Covid-19 e a saúde mental: os papéis mediadores do burnout e do estresse no trabalho entre a equipe de enfermagem de emergência. **Nursing Open**. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>. Acesso em: 11 ago. 2023.

ALVES J. S. et al. Sintomas psicopatológicos e situação laboral da enfermagem do sudeste brasileiro no contexto da COVID – 19. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5768.3518>. Acesso em: 11 ago. 2023.

BRASIL. **Covid-19 Painel Coronavírus. Secretarias Estaduais de Saúde**. Brasil, 2020. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>. Acesso em 8 Abril de 2023.

BRASIL. **Conselho Federal de Enfermagem**. Entenda o papel da Enfermagem no combate à pandemia de Covid-19: Desde aplicação de imunizantes a cuidados pós-morte, os enfermeiros se tornaram os atores principais no enfrentamento à pandemia, 2022. Disponível em: http://www.cofen.gov.br/entenda-o-papel-da-enfermagem-no-combate-a-pandemia-de-Covid-19_96199.html. Acesso em: 20 abr. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Conselho Nacional de Saúde**. Recomendação nº036/2020. Recomenda a implementação de medidas de distanciamento social restritivo (lockdown) em municípios com ocorrência acelerada de novos casos de Covid-19. 2020. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/images/Recomendacoes/2020/Reco036.pdf>. Acesso em: 12 ago. 2023.

BROOKS S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet Journal**. 2020. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(20\)30460-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(20)30460-8/fulltext). Acesso em: 18 jun. 2023.

CALIARI J. S. et al. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de Covid-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1382>. Acesso em: 29 abr. 2023.

CELINA MODESTO (Brasil). Assessoria de Comunicação Social Trt-13. Janeiro **Branco**: síndrome de Burnout é classificada como doença ocupacional pela OMS. 2022. Disponível em: <https://www.trt13.jus.br/informe-se/noticias/janeiro-branco-sindrome-de-burnout-e-classificada-como-doenca-ocupacional-pela-oms>. Acesso em: 27 fev. 2023.

CENTENARO A. P. F. C. et al. Transtornos mentais comuns e fatores associados em trabalhadores de enfermagem de unidades Covid-19. **Revista da escola da enfermagem da USP**. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2022-0059en>. Acesso em: 09 ago. 2023.

DIAS I. C. et al. Os impactos da pandemia de Covid-19 na saúde mental da população. **Revista Eletrônica Acervo Científico**. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reac.e8218.2021> Acesso em: 18 jun. 2023.

GONÇALVES, E. et al. Repercussões da Pandemia da Covid-19 para Saúde Física e Mental dos Profissionais de Enfermagem. **Revista de Saúde Pública do Paraná**. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.32811/25954482-2022v5n3.644>. Acesso em: 12 ago. 2023.

HUMEREZ D. C. et al. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19: ação do Conselho Federal de Enfermagem. **Cogitare Enfermagem**. 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce/v25i0.74115>. Acesso em: 27 fev. 2023.

LIMA Maria F. M. et al. A enfermagem diante do enfrentamento da pandemia da Covid-19 e a qualidade de vida no trabalho. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.36239/revisa.v11.n1.p16a25>. Acesso em: 12 ago. 2023.

LOPES N. S. et al. Qualidade de vida de residentes de enfermagem em meio à pandemia Covid-19: estudo descritivo. **Online Brazilian Journal of Nursing**. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.17665/1676-4285.20236627>. Acesso em: 12 ago. 2023.

MILANEIS I. et al. A influência da prática de atividades físicas na saúde mental dos acadêmicos de medicina: revisão de literatura. **Revista Científica do Tocantins**. 2021. Disponível em: <https://s3.us-east-1.amazonaws.com/assets.itpacporto.edu.br/sistemas/aa01/arquivos/materiais/a-influencia-da-pratica-de-atividades-fisicas-na-saude-mental-dos-academicos-do-curso-de-medicina-revisao-de-literatura1-material-geral-20220214-022200.pdf>. Acesso em: 06 jul. 2023.

MORAIS C. P. T. et al. Impacto da pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde que trabalham na linha de frente da Covid-19 e o papel da psicoterapia. **Brazilian Journal of Development**. 2021. Disponível em: [10.34111/bjdv7n1-133](https://doi.org/10.34111/bjdv7n1-133). Acesso em: 27 fev. 2023.

NABUCCO G. et al. O impacto da pandemia pela Covid-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde? **Revista Brasileira de Medicina de Família**

e Comunidade. 2020. Disponível em: [https://doi.org/10.5712/rbmfc15\(42\)2532](https://doi.org/10.5712/rbmfc15(42)2532). Acesso em: 18 de junho de 2023.

NASCIMENTO J. F. et al. Sinais e sintomas do estresse em profissionais da enfermagem que atuaram no combate a Covid-19. **Revista de pesquisa Cuidado é Fundamental - UNIRIO.** 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v14.11638>. Acesso em: 29 ago. 2023.

OLIVEIRA, B. R. G.; COLLET, N.; VIERA, C. S. A humanização na assistência à saúde. **Rev Latinoam Enfermagem.** v. 14, n. 2, p. 277-284, 2006. Disponível em: DOI: 10.1590/S0104-11692006000200019. Acesso em: 09 ago. 2023.

PEIXOTO T. S. et al. Fatores preditores do sofrimento mental de enfermeiros da atenção hospitalar no contexto da Covid-19. **Revista de Enfermagem UFPE On Line,** 2022. Disponível em: DOI:10.5205/1981-8963.2022.253009. Acesso em: 27 fev. 2023.

PINHEIRO J. M. G. et al. Qualidade de vida profissional e estresse ocupacional em trabalhadores de enfermagem durante pandemia por Covid-19. **Revista Gaúcha de Enfermagem.** Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20210309.pt>. Acesso em: 09 ago. 2023.

RAMOS-TOESCHER A. M. et al. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de Covid-19: recurso de apoio. **Escola Anna Nery.** 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0276>. Acesso em: 17 jun. 2023.