

Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19

Mental health of nursing professionals in Brazil in the context of pandemic Covid-19

 DOI: 10.55892/jrg.v6i13.877

 ARK: 57118/JRG.v6i13.877

Recebido: 04/09/2023 | Aceito: 18/12/2023 | Publicado: 20/12/2023

Amélia Mayara Xavier da Silva¹

 <https://orcid.org/0009-0001-9510-2653>

 <https://lattes.cnpq.br/0056029092656604>

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, UMJ, AL, Brasil

E-mail: ameliamayaraa@gmail.com

Patrícia Maria Santos do Nascimento²

 <https://orcid.org/0009-0003-2298-3554>

 <https://lattes.cnpq.br/4663629150275987>

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, UMJ, AL, Brasil

E-mail: patricia.nascimento.enf30@hotmail.com

Rayane Martins Botelho³

 <https://orcid.org/0000-0002-5941-3550>

 <https://lattes.cnpq.br/4442454223873802>

Centro Universitário Mário Pontes Jucá, UMJ, AL, Brasil

E-mail: rayane.botelho@umj.edu.br



Resumo

Introdução: O presente trabalho discorre acerca da saúde mental dos profissionais de enfermagem no Brasil, no contexto da pandemia Covid-19, a fim de destacar as principais consequências psicológicas nessa categoria. O impacto da pandemia Covid-19 resultou em vários problemas, o que corroborou para o desencadeamento de diversos agravos de saúde mental. **Objetivo:** Abordar acerca dos principais problemas acarretados à saúde mental dos enfermeiros no contexto da pandemia Covid-19 e as medidas de cunho preventivo nesse contexto. **Metodologia:** Se refere a uma revisão narrativa, de natureza exploratória e qualitativa. **Resultados:** Observou-se que, os problemas de: estresse, depressão, ansiedade e exaustão foram os mais apontados e decorrentes da pandemia Covid-19 pelos profissionais de enfermagem. Os recursos das plataformas digitais compostos por psicólogos e psiquiatras para gerenciamento do estresse e outras patologias psicológicas, com *feedback* eficiente, somados aos hábitos saudáveis e atividades físicas cotidianas contribuem para saúde mental dos enfermeiros. **Conclusão:** a pandemia Covid-19, impactou diretamente na saúde mental dos enfermeiros e demais profissionais da

¹ Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Mario Pontes Jucá (UMJ).

² Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Mario Pontes Jucá (UMJ).

³ Enfermeira pela Universidade Federal de Alagoas (2020). Mestre em ciências da saúde pelo Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde (PPGCS), na Universidade Federal de Alagoas, integra o Grupo de Pesquisa em Saúde da Mulher e da Gestação no Laboratório de Biologia Celular. Durante a graduação foi bolsista CNPq, do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC 2017-2018 / PIBIC 2018-2019), Monitora da disciplina de virologia e imunologia. Atualmente é doutoranda em ciências da saúde pelo Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde (PPGCS).

saúde, haja vista, os problemas psicológicos desencadeados em virtude de estarem na linha de frente no combate ao vírus, bem como por se tratar de uma patologia com grande nível de infecção e risco de vida.

Palavras-chave: Saúde mental. Enfermagem. Covid-19.

Abstract

Introduction: *This work discusses the mental health of nursing professionals in Brazil, in the context of the Covid-19 pandemic, in order to highlight the main psychological consequences in this category. The impact of the Covid-19 pandemic resulted in several problems, which contributed to the triggering of several mental health problems.* **Objective:** *To address the main problems caused to nurses' mental health in the context of the Covid-19 pandemic and preventive measures in this context.* **Methodology:** *Refers to a narrative review, of an exploratory and qualitative nature.* **Results:** *It was observed that the problems of: stress, depression, anxiety and exhaustion were the most mentioned and resulting from the Covid-19 pandemic by nursing professionals. The resources of digital platforms made up of psychologists and psychiatrists for managing stress and other psychological pathologies, with efficient feedback, combined with healthy habits and daily physical activities contribute to the mental health of nurses.* **Conclusion:** *the Covid-19 pandemic directly impacted the mental health of nurses and other health professionals, considering the psychological problems triggered by being on the front line in the fight against the virus, as well as because it is a pathology with high level of infection and risk to life.*

Keywords: Mental health. Nursing. Covid-19.

1. Introdução

Eclodida como um surto de pneumonia aguda originada em Wuhan, na China, em 2019, o novo coronavírus denominado como coronavírus 2, da síndrome respiratória aguda (SARS-CoV 2) causou a doença que atualmente é conhecida como doença do coronavírus 19 (COVID-19), a qual se disseminou de forma rápida para outros países e assim se configurou como uma emergência de saúde pública, de interesse a nível internacional e sendo considerada como pandemia global em 2020 (AL-MANDHARIA *et al.* 2020).

Nesse limiar, a pandemia da Covid-19 sobrecarregou fortemente os sistemas de saúde, o que incluiu os profissionais de saúde e a Organização Mundial de Saúde (OMS), destacando a carga extremamente elevada sobre os profissionais de saúde, apelou à ação para atender às necessidades e medidas imediatas necessárias, para salvar vidas e prevenir um sério impacto na saúde física e mental dos profissionais de enfermagem como aos demais da área de saúde (DZINAMARIRA *et al.*, 2020; OMS, 2020).

A doença causada pelo SARS-CoV 2 tem alto índice de disseminação e transmissibilidade, em que o contágio acontece através de gotículas ou aerossóis que são expelidas através do espirro ou da tosse e entrando em contato direto com outros seres humanos, ou através de gotículas que se depositam em superfícies ou objetos, ou em contato com as mucosas, através das mãos (DZINAMARIRA *et al.*, 2020).

Os profissionais da saúde relataram problemas de saúde mental supostamente associados às atividades ocupacionais, incluindo sintomas de: estresse pós-traumático, exaustão, depressão e ansiedade. O aumento constante de casos de infectados, com o aumento na taxa de mortes, a falta de qualquer medicamento ou

vacina específica, ampla cobertura da mídia, grande carga de trabalho, falta de Equipamento de Proteção Individual (EPI) e sentimentos de suporte inadequado consistiram em fatores que contribuíram para o fardo mental da saúde da equipe assistencial (LAI *et al.*, 2020).

Os EPIs são relevantes para o devido controle, prevenção e redução de riscos de contrair o Covid-19 e outras patologias, representando assim peça-chave na rotina dos profissionais de saúde, logo, quando há sua escassez no ambiente de trabalho, influencia negativamente na saúde física e mental desses profissionais. E na fase inicial do surto de SARS-CoV-2, 29% de todos os pacientes hospitalizados eram profissionais de saúde. Desse modo, trabalhar nessas situações atua como fator de risco para diversas doenças psicológicas e mentais, bem como sofrimento físico e emocional entre a equipe de saúde (ZHU *et al.*, 2020).

Tratando-se do objetivo da pesquisa, através dos artigos elencados, observou-se que muitos discorrem acerca da saúde mental dos profissionais durante a pandemia, todavia, a pandemia ainda não se encontra muito elucidada, logo, o presente trabalho visa abordar acerca dos principais problemas acarretados à saúde mental dos enfermeiros no contexto da pandemia Covid-19 e as medidas de cunho preventivo nesse cenário. No que tange aos objetivos específicos, destacam-se: descrever acerca da pandemia Covid-19; destacar os principais impactos psicológicos no período pandêmico pela Covid-19 nos profissionais de enfermagem e pesquisar quais as medidas dos órgãos públicos destinadas a proteger a saúde mental dos enfermeiros e dos profissionais de saúde.

Desse modo, o presente trabalho se justifica pela necessidade de abordar quais medidas preventivas estão sendo utilizadas para dirimir problemas de saúde mental dos enfermeiros, a fim de garantir a segurança e saúde mental necessárias para o bom desempenho operacional dos profissionais da linha de frente da pandemia.

2. Metodologia

Como proposta metodológica, trata-se de uma revisão narrativa que destaca acerca dos desajustes da saúde mental dos profissionais de saúde e enfermagem na pandemia Covid-19. Destaca-se também como bibliográfica, haja vista, se pautar em recursos de cunho secundário, a saber: revistas científicas, artigos, teses e livros. Refere-se também a uma pesquisa exploratória, em virtude de promover maior familiaridade com o tema proposto, além de se caracterizar como pesquisa qualitativa por não utilizar dados estatísticos.

Com relação aos critérios de inclusão, destacam-se: materiais bibliográficos dos últimos 10 anos, que apresentem temas e títulos na íntegra, da língua portuguesa e estrangeira, encontrados nas bases de dados: Scielo, Lilacs e sites de busca: Google acadêmico e BVS. Tratando-se das palavras-chave, destacam-se: Saúde mental. Enfermagem. Covid-19.

No tocante aos critérios de exclusão, observam-se: materiais que ultrapassem o período de 10 anos, que não fazem menção ao tema e que não estejam disponíveis gratuitamente para pesquisa.

Tratando-se do levantamento da pesquisa, após coleta de artigos dentre os critérios de inclusão e exclusão supracitados, seguiu-se a triagem para o texto na íntegra. De forma gradativa, o estudo se baseou na leitura dos resumos, onde ocorreu a exclusão dos artigos repetidos. Posteriormente, estes foram lidos na íntegra, onde os artigos foram incluídos para seleção da análise, os quais constituíram-se no material utilizado para discutir a temática ora exposta.

3. Resultados e Discussão

No que tange à delimitação do tema proposto: “Saúde Mental dos Profissionais de Enfermagem do Brasil no período de pandemia Covid-19” foi baseada na realidade a nível mundial da pandemia, o que influenciou nos aspectos psicológicos da linha de frente do combate a pandemia, como os enfermeiros e demais profissionais de saúde.

Nesse limiar, a pesquisa teve como escopo de discussão, os impactos acarretados pela pandemia na saúde mental dos profissionais de saúde e enfermeiros, além de discutir acerca dos principais fatores de risco e os tipos de medidas ofertadas pelas políticas públicas governamentais, no que tange à saúde mental desses profissionais.

3.1 Os impactos da covid-19 na saúde mental dos profissionais da saúde

3.1.1 Nível de estresse no ambiente laboral

O estresse consiste na soma de funções que os seres vivos desenvolvem quando passam por alterações do ambiente físico ou psicológico, representando assim ameaças à sua integridade.

Para se entender o estresse é necessário ter claro o conceito de estressor. Estressor é definido como o fator que causa o stress. Tudo o que causa uma quebra da homeostase interna exigindo uma adaptação pode ser chamado de estressor. Essa quebra da homeostase pode ser originada tanto por eventos ou condições externas, quanto pelo modo de ser do indivíduo. (FAWZY; HAMED, 2017).

Ao abranger sobre o estresse no trabalho é importante observar as diferenças estabelecidas nas situações que forçam a adaptação do funcionamento. Além disso, o estresse como resposta comportamental, propicia comportamentos agressivos e de força, além de provocar o absenteísmo e o vandalismo, como também o aumento das taxas de acidentes (FAWZY; HAMED, 2017).

Os níveis de estresse muito alto influenciam na produtividade, pelo fato de reduzir o nível de concentração, o que gera sintomas físicos e paulatinamente surgem: ansiedade, irritabilidade, depressão, medo, sensação de fracasso, azia, dores lombares, indigestão, insônia, etc. (FAWZY; HAMED, 2017). De forma geral, três sintomas aparecem quando as reservas de energia adaptativa estão chegando ao fim: a falta de memória, sensação de mal-estar generalizado e dúvidas quanto a si próprio. (POLAKIEWICZ, 2020). Além disso, o estresse prolongado afeta o sistema imunológico, de tal forma que o corpo fica sujeito a infecções e doenças, podendo aparecer: herpes, resfriados constantes, dermatites e infecções (POLAKIEWICZ, 2020).

Em função da pandemia Covid-19, notoriamente ocorreram várias mudanças na forma tradicional dos trabalhos em virtude do isolamento, distanciamento social, perda de rendas e de pessoas, o que refletiu diretamente na saúde mental de um contingente de trabalhadores (POLAKIEWICZ, 2020). Nesse limiar, o estresse é desenvolvido pelo fato de se constituir em um fator psicossocial de risco, o qual é acarretado tanto por fatores ambientais, sobrecarga de trabalho e os tipos de relações interpessoais estabelecidas (LUCENÓ *et al.*, 2020).

Diante desse cenário, segundo o Conselho Regional de Psicologia do Paraná (CRPPR) (2020, p. 3), os principais fatores decorrentes da pandemia Covid-19 são: “incertezas, excesso de carga horária, ausência de estrutura para o trabalho remoto ou EPIs, sensação de adoecimento, medo, redução de estímulos para trabalhar, cobrança pessoal, medo, estresse”. Nesse contexto, se torna importante considerar

que por meio de alto nível de estresse, o trabalhador pode gerar um quadro de esgotamento emocional, pelos distúrbios de conduta, os quais são significativos para a retração e prejuízos nos relacionamentos sociais. (WANG *et al.*, 2020).

Em meio a surto pandêmico, o estresse representa uma realidade abrangente, o que reflete a necessidade de uma melhor compreensão e conscientização no que se refere à qualidade de vida no ambiente de trabalho, bem como em relação aos prejuízos que podem acarretar tanto em nível de condicionamento psicológico como físico dos profissionais de saúde (WANG *et al.*, 2020).

Para Wang *et al.* (2020), em função da pandemia Covid-19 existem dois fatores relevantes para se determinar o aumento dos níveis de estresse dos enfermeiros, a saber: à medida que aumenta o número de horas de trabalho (> 35 horas), maiores os níveis de estresse ($50,89 \pm 17,58$) e se a enfermeira é filha única esses valores também são aumentados ($50,87 \pm 10,47$). Fatores como separação familiar em virtude do isolamento social, ou medo de contaminar pessoas idosas ou com comorbidades preexistentes pelo Covid-19 influenciam para o estresse pós-traumático dos profissionais de saúde (CARMASSI *et al.*, 2020). O estresse dos profissionais de saúde, em meio ao enfrentamento do Covid-19, também se relaciona com vários fatores, a saber: exaustão, despersonalização, infraestrutura precária, falta de insumos e medo de infectar amigos, familiares e pacientes (LUCENÑO *et al.*, 2020).

Diante disso, destaca-se que, o estresse representa um fator psicossocial de risco no âmbito de trabalho, o que pode propiciar adoecimento do indivíduo e dentre os vários fatores que poderão acarretar o estresse ocupacional, observam-se: as percepções individuais de trabalho, nível de participação, o salário, tipo de relação interpessoal e fatores ambientais. Nesse limiar, muitas são as implicações que o nível de estresse no ambiente laboral promove, o que acarreta diferentes impactos na saúde mental dos profissionais, em especial os que ocupavam a linha de frente.

3.1.2 Desordens de saúde mental da Covid-19

Miranda Pedroso e Murguía Izquierdo (2021) corroboram com o pensamento de que problemas de saúde mental podem afetar a qualidade dos cuidados prestados pelos profissionais de saúde, bem como sua capacidade de compreensão clínica ou suas habilidades para tomada de decisão, como também podem ter um impacto significativo em seu bem-estar e qualidade de vida.

No cenário da saúde pública, problemas relativos à saúde mental dos seus profissionais influenciam na qualidade do serviço prestado, pois, atingem suas habilidades, bem como sua compreensão clínica, logo, em função da pandemia Covid-19 impactos expressivos refletem no aspecto psicológico destes profissionais (MIRANDA PEDROSO; MURGUÍA IZQUIERDO, 2021).

O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) estabeleceu que o período da pandemia Covid-19 impactou grandemente a saúde mental dos enfermeiros e ainda não apresentava dados oficiais do afastamento desses profissionais por terem sido infectados. Porém, suspeitas de contaminação levaram ao afastamento de 4.602 enfermeiros em função de infraestrutura inadequada e quantitativo insuficiente de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) (HUMEREZ; OHL, SILVA, 2020).

Vários são os fatores que influenciaram para a exaustão física dos enfermeiros e demais profissionais de saúde, tais como: longas jornadas de trabalho; risco de contaminação e de seus familiares com comorbidades e que se encontram em isolamento social; falta de proteção biológica, depressão, insônia e ansiedade (VIEIRA, 2020). Em meio à pandemia, o que mais influência na saúde mental dos trabalhadores são os fatores como: “pressão de lidar com o ofício, com o risco de

adoecer e provocar severos problemas de saúde mental e assim aumentar o estresse, a Síndrome de *Burnout*, a ansiedade e depressão (POLAKIEWICZ, 2020, p. 3). ”

O estresse acarreta *Burnout*, que provém da exigência de importantes decisões a serem tomadas, com carga horária excessiva e bastante estressante. O estresse gera graves problemas nas relações interpessoais, como também no âmbito familiar, o que interfere de forma negativa para a estabilidade da satisfação e o bem-estar pessoal (LIPP; TANGANELLI, 2011).

No que tocante à Síndrome de *Burnout*, Lipp e Tanganelli (2011) ressaltam que é um tipo de estresse crônico, comumente acarretado por trabalhadores que apresentam a necessidade de um elevado nível de contato com situações estressantes. Logo, esta síndrome provém da exigência de importantes decisões a serem tomadas, com carga horária excessiva e bastante esgotamento físico e mental.

Além da Síndrome acima citada também podemos destacar que sob a perspectiva de Santamaría *et al.* (2020), o medo representa uma resposta do ser humano mediante a situação de ameaça, logo, em virtude da pandemia Covid-19 e com ela a falta de evidências mais profundas e alto nível de contaminação gerada, provoca o sentimento de medo e ansiedade. Dessa forma, para os profissionais da saúde, essa carga emocional é bastante expressiva e se destaca como alguns dos elementos estressores do seu ambiente laboral, haja vista, o impacto psicológico que provoca.

O medo representa um problema psicológico avaliado no estudo de Liu *et al.* (2020), pois, uma proporção significativa da equipe médica pesquisada teve medo moderado e grave, que foi significativamente maior do que o grupo de pessoal administrativo, ou seja, 70,6% e 58,4%, respectivamente.

Com a comparação de três grupos: público em geral, enfermeiras de linha de frente e enfermeiras de fora da linha de frente, descobriram que a gravidade da traumatização vicária causada pela pandemia de SARS-CoV-2 em enfermeiras de linha de frente e o público em geral era maior do que enfermeiras fora da linha de frente. Profissionais da saúde no combate a pandemia, como os enfermeiros, apresentaram riscos psicológicos elevados, os quais relacionavam-se com o medo de se infectar ou infectar seus familiares ou amigos (CHEN *et al.*, 2020).

Além do medo de se infectar, outros medos também tiveram prevalência no estudo de profissionais de saúde, tais como: cometer erros, inadequação do atendimento aos pacientes, além do medo da sobrecarga emocional refletir na sua atividade laboral, pelas longas jornadas de trabalho. Em quase 90% dos entrevistados informaram acerca do grande impacto da pandemia no estado psicológico. Os principais sintomas psicológicos observados abrangem: ansiedade, estresse, insônia e depressão (HUANG, 2020).

Caracterizada como um distúrbio relacionado ao mal-estar ou ao medo, a ansiedade possui como principais sintomas a presença de palpitações, fadiga e inquietação e suas consequências no ambiente laboral são observados como a baixa no desempenho, aumento do estresse, perda de autoconfiança e pode exercer influência no surgimento da depressão. Com relação ao cenário de pandemia Covid-19, os níveis de ansiedade aumentam, haja vista, se tratar de um vírus desconhecido e de alto nível de contágio (ESTEVAM *et al.*, 2023; SCHWARTZ; KING; YEN, 2020).

No cenário brasileiro, a taxa de ansiedade populacional é considerada como a maior a nível mundial e apresenta uma variação de 10 a 20% do total de habitantes, conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2020. E a sua etiologia relaciona-se com fatores de cunho: hereditário, genético, biológico, social, ambiental e psicológico (VIEIRA, 2020). Em relação às principais consequências negativas da

ansiedade incluem: redução da qualidade de vida, incapacidade e maior necessidade de serviços de saúde e aumento da mortalidade. Portanto, a detecção precoce e o tratamento adequado evitam tais consequências.

Novamente, a equipe de enfermagem exibiu estimativas de prevalência mais altas para ansiedade e depressão em comparação com os médicos. Esses resultados podem ser parcialmente confundidos, pelo fato de que os profissionais de enfermagem são em sua maioria mulheres, mas também podem ser atribuídos ao fato de que podem enfrentar um risco maior de exposição a pacientes com Covid-19, pois, passam mais tempo nas enfermarias, fornecem cuidados diretos aos pacientes e são responsáveis pela coleta de exames para detecção de vírus (LIU *et al.*, 2020).

Vale destacar que conforme determina a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) (2018, p. 1), a depressão consiste em: “um transtorno mental frequente e é a principal causa de incapacidade em todo o mundo e contribui de forma importante para a carga global de doenças”. Dependendo da intensidade da depressão, pode ser caracterizada como sendo: leve, moderada ou grave, e quando não tratada pode certamente ocorrer recaídas. (OPAS, 2018).

De acordo com Santos *et al.* (2021), a prevalência da depressão em profissionais da saúde é fundamentada também pela grande demanda dos serviços, com escassez de profissionais para suprir esta demanda ou por afastamento destes também contaminados pela pandemia Covid-19, bem como pelo agravamento decorrente da ausência de insumos e estrutura inadequada para assistir à demanda social, como limitado número de leitos, UTIs e ventiladores mecânicos.

Conforme Santos *et al.* (2021), um estudo de cunho seccional realizado no Rio Grande do Norte e aplicado aos profissionais de Enfermagem em serviços de média a alta complexidade que fizeram parte da linha de frente de combate da pandemia Covid-19, distribuídos em 59,6% de enfermeiros e 40,4% técnicos de enfermagem apontou que, a saúde mental dos entrevistados apresentou algum tipo de transtorno mental, equivalendo a 30,4% dos profissionais, além de sintomas de depressão moderada ou severa, correspondendo a 38%. Tratando-se da Síndrome de Burnout, obteve-se 62,4%, além de 39,6% para sintomas de ansiedade.

3.1.3 Principais fatores de risco para as desordens mentais

Na tabela 1 abaixo seguem os principais fatores de riscos, que acarretam desordens mentais nos enfermeiros e profissionais de saúde:

Tabela 1 - Fatores de Risco para as desordens mentais

DESORDEM	FATORES DE RISCO	REFERÊNCIAS
Estresse	Carga excessiva de trabalho, relações interpessoais afetadas, cobranças no trabalho que provocam a Síndrome de <i>Burnout</i> , exigência de tomadas de decisão na assistência de pessoas contaminadas com Covid-19 e carga emocional.	Xiao <i>et al.</i> (2020); Lipp e Tangarelli (2011); OPAS (2018).
Ansiedade	Privação de sono, risco de maior contágio de pacientes com Covid-19, fadiga, palpitações, inquietação e fatores de cunho: hereditário, genético, biológico, social, ambiental e psicológico, cuidados diretos	Estevam <i>et al.</i> , (2023); Schwartz, King e Yen (2020); Liu <i>et al.</i> (2020); Vieira (2020).

	aos pacientes pela coleta de exames para detecção de vírus.	
Medo	Erros cometidos, longas jornadas de trabalho, sobrecarga emocional, risco de contaminação e de seus familiares, alto nível de contaminação gerada.	Huang (2020); Chen <i>et al.</i> (2020); Santamarío <i>et al.</i> (2020).
Depressão	Elevada demanda de serviços, estrutura inadequada, poucos leitos e UTIs, reduzida quantidade de ventiladores mecânicos, ausência de insumos, escassez de funcionários ou afastamento por contaminação.	OPAS (2018); Santos <i>et al.</i> (2021).

Fonte: Autoria própria.

3.1.4 Medidas de combate à saúde mental dos profissionais de enfermagem no pós-pandemia COVID-19

Em virtude do ambiente de trabalho ser alvo de transmissão da pandemia Covid-19, em 2020, a Revista Brasileira de Saúde Ocupacional demonstrou que, o contágio no ambiente laboral foi de 55%, logo, a importância de Normas Regulamentadoras (NRs) para a segurança e prevenção de riscos no ambiente laboral (SANTOS, 2020).

A Norma Regulamentadora NR6 é de incumbência da empresa, a qual deve fornecer os equipamentos aos seus funcionários e em perfeitas condições para o uso diário e de forma gratuita. A NR 12 é usada para a garantia da segurança ocupacional e para a Covid-19, a NR 32 estabelece diretrizes de proteção, bem como: vestimentas, higienização, a necessidade de uso máscaras, luvas, protetor facial e equipamentos de proteção individual (EPI) (FUNDACENTRO, 2020).

As NRs supracitadas são significativas para estabelecer procedimentos padrões, que visem a proteção de um ambiente seguro e sadio aos seus funcionários, o que corroborará na saúde mental dos profissionais de saúde por ter a finalidade de resguardar não somente a segurança, mas a saúde e o bem-estar dos mesmos, através de regras que devem ser seguidas pelas empresas e assim evitar futuros acidentes e contaminações. Auxiliando na redução da sensação de medo e nos fatores estressores no ambiente laboral.

Entendendo a necessidade de medidas emergenciais frente ao lapso da saúde social, o Conselho Nacional de Saúde (CNS) determinou ao Ministério da Saúde (MS) que: “promova a revisão da Nota Técnica n. 12/2020 visando garantir os direitos das pessoas com sofrimento e/ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso do álcool e drogas no contexto da pandemia (BRASIL, 2020, p. 3)”. Desse modo, a Nota Técnica acima, no ponto 14 de suas recomendações, se constitui muito relevante para a saúde mental dos profissionais de saúde e enfermeiros, pois, discorre acerca de EPis, com monitoramento adequado, além do atendimento das pessoas com serviços voltados à saúde mental.

O MS entendendo a necessidade de ofertar auxílio psicológico aos vários trabalhadores, principalmente àqueles que estão na linha de frente ao combate do Covid-19 promoveu apoio necessário ao sofrimento psíquico, pela oferta de atendimento para tele consulta. A qual será também realizada por vídeo chamada e sendo efetuada por técnicas de Psicoterapia e caso haja sintomas potenciais serão encaminhados para avaliação psiquiátrica, ou internação até ao atendimento presencial (BRASIL, 2020).

É também importante monitorar as condições gerais de saúde no ambiente laboral relacionados com o tratamento à higiene, aos cuidados do ambiente laboral, à limpeza, ventilação, suprimento de água, controle e manipulação de alimentos (SANTOS, 2020).

Outras ações para beneficiar a saúde mental dos trabalhadores são: oferta de recursos como a tecnologia, ou seja, o uso de plataformas como disponibilidade de psicólogos e psicanalistas; plataformas de gerenciamento de estresse e de meditação; promoção de *feedback* a fim de demonstrar o interesse pelas dificuldades e estresses de seus colaboradores no combate à pandemia; disponibilizar através do RH profissionais de saúde para tirar dúvidas internas; além de empatia da liderança; efetuar vídeo chamadas para colaboradores de *home office* e teletrabalho e demonstrando respeito e interesse sobre dúvidas, receios e medos de seus funcionários (MESQUITA, 2020).

No que se refere à prática regular de atividades que favorecem na relação mente-corpo, observa-se a contribuição na redução de 54% de sintomas graves de ansiedade, já em relação às atividades físicas, a prevalência de sintomas depressivos tem uma redução de 36%. Logo, a adoção de hábitos saudáveis somados a prática de atividades físicas representa fatores de proteção contra doenças não-transmissíveis (PRADO *et al.*, 2020).

Cumprir destacar que, hábitos cotidianos como conversar com familiares e amigos contribuem como fatores de proteção contra os sintomas depressivos e de ansiedade, pois, o apoio familiar representa a base do suporte emocional dos profissionais da linha de frente de combate ao Covid-19 (LIU *et al.*, 2020).

4. Considerações Finais

Por meio das informações ora expostas, conclui-se que, a pandemia Covid-19, impactou diretamente na saúde mental dos enfermeiros e demais profissionais da saúde, haja vista, os problemas psicológicos desencadeados em virtude de estarem na linha de frente no combate ao vírus, bem como por se tratar de uma patologia com grande nível de infecção e risco de vida.

De forma inegável, a Covid-19 corroborou para o sofrimento mental dos enfermeiros e demais profissionais de saúde, o que requer medidas de apoio de assistência psicológica para esses profissionais, além de maiores pesquisas acerca de possíveis morbidades adquiridas nesse período.

Cumprir ressaltar que, os principais fatores que influenciaram na saúde mental desses profissionais foram: ansiedade, estresse, exaustão e depressão, os quais foram acarretados por: carga elevada de trabalho, medo, exaustão mental, isolamento, risco de infecção de família, amigos, pacientes e também de adoecer, além de sobrecarga emocional, precarização de infraestrutura e insuficiência de insumos e EPIs.

Em suma, em virtude de todos esses fatores destacados, urge o devido aprimoramento das medidas de segurança e o apoio psicológico adequado aos enfermeiros, a fim de promover a estabilidade de sua saúde, bem como a devida

manutenção do sistema público de saúde, bem como um possível acompanhamento para verificar os impactos de forma mais direta da pandemia na saúde mental desses profissionais.

Referências

AL- MANDHARI, A. *et al.* Coronavirus disease 2019 outbreak: preparedness and readiness of countries in the Eastern Mediterranean Region. **East Mediterr Health J.** v. 26, n. 2, p. 136–7, 2020.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **CNS recomenda que Ministério da Saúde revise nota técnica sobre transtornos mentais em contexto de pandemia.** 2020. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/ultimas-noticias-cns/1183-cns-recomenda-que-ministerio-da-saude-revise-nota-tecnica-sobre-transtornos-mentais-em-contexto-de-pandemia> Acesso em: 26 out.2023.

CARMASSI, C. *et al.* PTSD symptoms in healthcare workers facing the three coronavirus outbreaks: What can we expect after the COVID-19 pandemic. **Psychiatry research**, p. 113312, 2020.

CHEN, Q.; LIANG, M.; LI, Y.; GUO, J.; FEI, D.; WANG, L.; HE, L.; SHENG, C.; CAI, Y.; LI X. *et al.* Mental healthcare for medical staff in china durante o surto COVID-19. **Psiquiatria Lancet.** v. 7, p.15-16, 2020.

CRPPR. Conselho Regional de Psicologia do Paraná. **Especial COVID-19.** 2020. Disponível em: <https://crppr.org.br/especialcovid19/>. Acesso: 20 out. 2023.

DZINAMARIRA, T.; MUKWENHA, S.; EGHTESSADI, R.; CUADROS, D. F.; MHLANGA, G.; MUSUKA, G. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Resposta no Zimbábue: Um apelo à escala urgente de testes para atender à capacidade nacional. **Clin. Infetar. Dis.** p.1301, 2020.

ESTEVAM, M. G. *et al.* Agravos potenciais para transtorno de ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. **Peer Review**, v. 5, n. 19, p. 444–455, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.53660/969.prw2545> Acesso em: 08 dez. 2023.

FAWZY, M.; HAMED, S. A. Prevalence of psychological stress, depression and anxiety among medical students in Egypt. **Psychiatry Res.** p.186–94, 2017.

FUNDACENTRO. **NR 32 traz orientações úteis para prevenção à Covid-19 nos serviços de saúde.** 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/fundacentro/pt-br/assuntos/noticias/noticias/2020/4/nr-32-traz-orientacoes-uteis-para-prevencao-a-covid-19-nos-servicos-de-saude> Acesso em: 14 jul. 2023.

HUANG, J.; LIU, F.; TENG, Z.; CHEN, J.; ZHAO, J.; WANG, X. *et al.* Care for the psychological status of frontline medical staff fighting against Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). **Clin Infect Dis.** 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/cid/ciaa385> Acesso em: 25 jul. 2023.

HUEMREZ, D. C. de; OHL, R. B. I.; SILVA, M. C. N. da **Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19:** ação do Conselho Federal de Enfermagem. 2020. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/07/1099598/7-74115-v25-pt.pdf> Acesso em: 10 out.2023.

LAI, C. C *et al.* Global epidemiology of coronavirus disease 2019 (COVID19): disease incidence, daily cumulative index, mortality, and their association with country healthcare resources and economic status. **Int J Antimicrob Agents.** v. 55, n. 4, 2020.

LIU, C.Y.; YANG, Y. Z.; ZHANG, X. M.; XU, X.; DOU, Q. L.; ZHANG, W. W.; CHENG, A. S. K. The prevalence and influencing factors in anxiety in medical workers fighting COVID-19 in China: a cross-sectional survey. **Epidemiol Infect.** v.148, 2020.

LIPP, Marilda E. Novas, TANGANELLI, M Sacramento. **Stress e qualidade de vida em modificação da Justiça do Trabalho:** diferenças entre homens e mulheres. 2011. Disponível em: www.scielo.br/scielo.php?script=sci_artte&pid=so/02-7972200200300008&lng=en&nrm=iso Acesso: 15 jul. 2023.

LUCEÑO, M. L.; TALAVERA, V. B.; GARCIA, A. Y.; MARTIN, G. J. Symptoms of posttraumatic stress, anxiety, depression, levels of resilience and burnout in spanish health personnel during the COVID-19 Pandemic. **Int J Environ Res Public Health,** v. 17, n 15. p. 5514, 2020.

MESQUITA, Aline. **Saúde Mental:** como cuidar dos colaboradores na pandemia? 2020. Disponível em: <https://www.oitchau.com.br/blog/saude-mental-como-cuidar-dos-colaboradores-na-pandemia> Acesso em: 20 jul. 2023.

MIRANDA PEDROSO, R.; MURGUÍA IZQUIERDO, E. D. Síntomas de ansiedad y depresión en personal de salud que trabaja con enfermos de COVID-19. **Int. j. med. surg. sci.(Print),** p. 1-12, 2021.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Novo Coronavírus (2019-nCoV) -Relatório de Situação-10.** 2020. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200130-sitrep-10-ncov.pdf?sfvrsn=d0b2e480_2 Acesso em: 23 jul. 2023.

OPAS BRASIL. **Folha informativa – Depressão.** 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095 Acesso em: 23 jul. 2023.

PRADO, A. D., PEIXOTO, B. C.; DA SILVA, A. M. B.; SCALIAL, A. M.A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde.** v. 46, e4128, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e4128.2020> Acesso em: 10 out. 2023.

POLAKIEWICZ, Rafael. **Saúde Mental de profissionais de enfermagem na pandemia de coronavírus.** 2020. Disponível em: <https://pebmed.com.br/saude->

mental-de-profissionais-de-enfermagem-na-pandemia-de-coronavirus/. Acesso em: 10 out. 2023.

SANTAMARÍA, M. D.; ETXEBARRIA, N. O.; RODRÍGUEZ, I. R.; ALBONIGA-MAYOR, J. J.; GORROTXATEGI, M. P. Impacto psicológico de la COVID-19 en una muestra de profesionales sanitarios españoles. **Reverendo Psiquiatr. Salud Ment.** 2020.

SANTOS, K. M. R. *et al.* Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Esc Anna Nery.** v. 25, 2021.

SANTOS, Douglas. **NR 12 e cenário pós-pandemia.** 2020. Disponível em: https://tmjr.com.br/nr_12-pandemia/ Acesso em: 14 out. 2023.

SCHWARTZ, J.; KING, C. C.; Yen, M. Y. **Protecting Healthcare Workers During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19).** 2020. Outbreak Lessons From Taiwan's Severe Acute Resp.pdf.

VIEIRA, Nathan. **18% dos pacientes com COVID-19 desenvolvem doença mental, segundo estudo.** 2020. Disponível em: <https://canaltech.com.br/saude/18-dos-pacientes-com-covid-19-desenvolvem-doenca-mental-segundo-estudo-174463/> Acesso em: 14 out. 2023.

XIAO, H.; ZHANG, Y.; KONG, D. LI, S.; YAN, N. The effects of social support on sleep quality of Hospital staf treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. **Med Sci Monit Int Med J Exp Clin Res.** v. 26, e923549–51, 2020.

ZHU, N. *et al.* China Novel Coronavirus Investigating and Research Team. Um novo coronavírus de pacientes com pneumonia na China, 2019. **N Engl J Med.** 2020; 382(8):727–33. Disponível em: <https://doi.org/10.1056/NEJMoa2001017> Acesso em: 09 dez. 2023.

WANG, C.; PAN, R.; WAN, X.; TAN, Y.; XU, L.; HO, C.; HO, R. Respostas psicológicas imediatas e fatores associados durante o estágio inicial da epidemia da doença coronavírus 2019 (COVID-19) entre a população geral na China. **Int. J. Environ. Res. Saúde Pública.** v. 17, p. 1729, 2020.