



**ETEC ORLANDO QUAGLIATO
CURSO TÉCNICO DE ENFERMAGEM**

**AMANDA DE CÁSSIA MESSÍAS
BEATRIZ APARECIDA TEODORO
CÉLIA REGINA DE PAULA ANTONIO
FLAVIA MARCELA PEREIRA
SUELI FERREIRA BATISTA**

**A SAÚDE MENTAL DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM
PÓS COVID 19**

**SANTA CRUZ DO RIO PARDO-SP
2024**

**ETEC ORLANDO QUAGLIATO
CURSO TÉCNICO DE ENFERMAGEM**

**AMANDA DE CÁSSIA MESSÍAS
BEATRIZ APARECIDA TEODORO
CÉLIA REGINA DE PAULA ANTONIO
FLAVIA MARCELA PEREIRA
SUELI FERREIRA BATISTA**

**A SAÚDE MENTAL DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM
PÓS COVID 19**

Trabalho de conclusão de curso apresentado a ETEC “Orlando Quagliato”, do Centro Estadual de Educação Tecnologia Paula Souza, como requisito para obtenção do diploma de Técnico de Enfermagem, sob orientação da Professora Ma. Ana Paula Morguetti Camargo

**SANTA CRUZ DO RIO PARDO-SP
2024**

**AMANDA DE CÁSSIA MESSÍAS
BEATRIZ APARECIDA TEODORO
CÉLIA REGINA DE PAULA ANTONIO
FLAVIA MARCELA PEREIRA
SUELI FERREIRA BATISTA**

**A SAÚDE MENTAL DOS TÉCNICOS DE ENFERMAGEM
PÓS COVID 19**

Aprovada em: _____/_____/_____

Conceito: _____

Banca de Validação:

_____ - Presidente da Banca

Ana Paula Morguetti Camargo
ETEC “Orlando Quagliato”
Orientador

Ligia de Souza Pichinin
ETEC “Orlando Quagliato”

Professor :Gustavo Zacura Morbi
ETEC “Orlando Quagliato”

SANTA CRUZ DO RIO PARDO – SP
2024

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	8
	1.1 Como a pandemia chegou no Brasil	
	1.2 Impacto do profissional de saúde	
	1.3 Riscos da contaminação	
	1.4 Falta de recursos e informações	
2	METODOLOGIA	17
3	APRESENTAÇÃO DOS DADOS E DISCUSSÃO DE RESULTADOS	19
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
5	REFERÊNCIAS	23
6	ANEXO	25

LISTA DE QUADROS

Quadro 1.	Cepa de Covid-19.....	8
Quadro 2.	Formulário pergunta 1-2.....	18
Quadro 3.	Formulário pergunta 3-5.....	18
Quadro 4.	Formulário pergunta 6-8.....	18
Quadro 5.	Formulário pergunta 9-10.....	18

RESUMO

Nosso trabalho de conclusão de curso discorre sobre o impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. Para alcançar nosso objetivo, foi feita uma revisão integrativa da literatura, incluindo diversas bases de dados, até entrevistas, com profissionais de saúde. Na pesquisa identificamos alguns artigos relevantes, destacando as principais causas que afetaram a saúde mental dos profissionais durante a pandemia. Os materiais revisados destacam que os profissionais de saúde enfrentaram uma série de problemas psicológicos, como depressão, insônia, ansiedade, angústia, distúrbios do sono, síndrome de Burnout¹, além de insatisfação no ambiente de trabalho. Esses problemas são aumentados pelas condições instáveis no trabalho, como: falta de segurança, infraestrutura inadequada e escassez de Equipamentos de Proteção Individual (EPI). Por outro lado, a pandemia também trouxe desafios adicionais, tais como a rápida disseminação do vírus, incerteza sobre sua duração e controle, e a propagação de informações falsas. Tudo isso aunado aos altos níveis de estresse enfrentados pelos profissionais de saúde, elevando às taxas de ansiedade, depressão, e comportamentos sociais negativos, prejudicando à eficácia no trabalho. Assim, em nosso trabalho utilizamos a metodologia de síntese do conhecimento por meio da revisão integrativa da literatura. Focando nossa pesquisa sobre os principais fatores que impactaram na saúde mental dos profissionais de saúde nesta pandemia de COVID-19. E os resultados apontam a necessidade de criar medidas para apoiar a saúde mental dos profissionais de saúde, incluindo melhorias nas condições de trabalho, fornecimento de recursos adequados, treinamento apropriado, otimização das jornadas de trabalho, assim como promover um ambiente propício ao descanso. Essas medidas são essenciais para garantir o bem-estar dos profissionais que ficam na linha de frente no combate a qualquer pandemia.

Palavras-chave: COVID-19, condições de trabalho, saúde mental, profissionais de saúde, pandemia.

SUMMARY

Our course conclusion work discusses the impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. To achieve our objective, an integrative review of the literature was carried out, including several databases, including interviews, with health professionals. In the research, we identified some relevant articles, highlighting the main causes that affected the mental health of professionals during the pandemic. The reviewed articles highlight that health professionals faced a series of psychological problems, such as depression, insomnia, anxiety, anguish, sleep disorders, Burnout syndrome, as well as dissatisfaction in the work environment. These problems are increased by unstable working conditions, such as: lack of safety, inadequate infrastructure and shortages of Personal Protective Equipment (PPE). On the other hand, the pandemic also brought additional challenges, such as the rapid spread of the virus, uncertainty about its duration and control, and the spread of false information. All of this combined with the high levels of stress faced by healthcare professionals, increasing rates of anxiety, depression, and negative social behaviors, damaging their effectiveness at work. Therefore, in our work we use the methodology of knowledge synthesis through an integrative literature review. Focusing our research on the main factors that have impacted the mental health of healthcare professionals in this COVID-19 pandemic. And the results point to the need to create measures to support the mental health of health professionals, including improvements in working conditions, provision of adequate resources, appropriate training, optimization of working hours, as well as promoting an environment conducive to rest. These measures are essential to guarantee the well-being of professionals who are on the front line in the fight against any pandemic.

Keywords: COVID-19, mental health, health professionals, working conditions, pandemic.

1. INTRODUÇÃO

No contexto atual da saúde pública, os profissionais de enfermagem desempenham um papel crucial e insubstituível na promoção do bem-estar e na assistência aos pacientes. Contudo, enquanto dedicam suas vidas ao cuidado dos outros, muitas vezes enfrentam desafios significativos em relação à própria saúde mental. Este trabalho se propõe a explorar e analisar os impactos da profissão de enfermagem na saúde. No entanto, essa nobre missão não está isenta de consequências psicológicas e emocionais para aqueles que exercem diariamente. A pressão constante, a carga de trabalho intensa, a exposição a situações de traumas e a falta de recursos adequados são apenas algumas das realidades que podem impactar negativamente o bem-estar mental dos enfermeiros.

Para contextualizar essa problemática, é fundamental abordar não apenas os desafios enfrentados, mas também as estratégias de apoio e intervenção que podem ser implementadas para promover um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável para a implantação de políticas e práticas que fortaleçam a saúde mental dos enfermeiros, garantindo não apenas o seu bem-estar, mas também a qualidade do cuidados prestados aos pacientes.

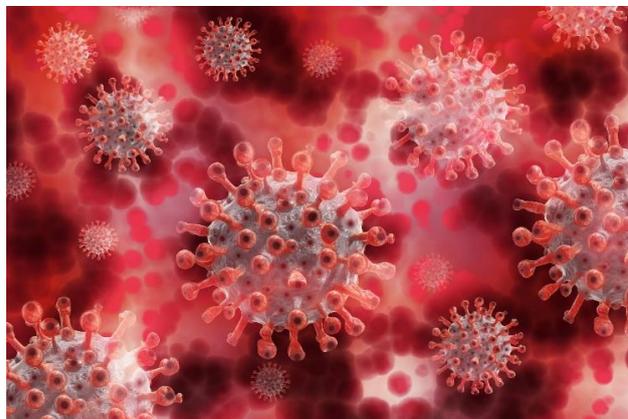
1.1 Como a covid 19 chegou no brasil

O primeiro alerta do governo Chinês sobre o surgimento de um novo coronavírus foi dado 31 de dezembro de 2019, na ocasião, a OMS (organização mundial da saúde) recebeu um comunicado sobre uma série de casos de pneumonia de origem desconhecida em Wukan cidade Chinesa com 11 milhões de habitantes.

Desde então esse novo corona que recebeu o nome técnico covid 19, matou milhares de pessoas na china e se espalhou por cinco continentes².

O ministério da saúde confirmou em 26 de fevereiro o primeiro caso de corona vírus no Brasil. Centenas de pacientes com suspeita da doença ficaram em observação. Em 17 de março, o ministério da saúde confirmou a primeira morte por coronavírus no Brasil.

Figura 1- cepa da covid 19



Fonte: [What you need to know about coronavirus on Monday, March 23 | CNN](#)

1.2 Impacto do profissional de saúde

O impacto nos profissionais de saúde após a COVID-19 é um tema crucial a ser abordado, pois esses profissionais estiveram na linha de frente do combate à pandemia e enfrentaram desafios únicos que afetaram sua saúde mental e bem-estar.

Exaustão e Estresse Crônico: Os profissionais de saúde enfrentaram uma carga de trabalho significativamente aumentada durante a pandemia, muitas vezes longas horas em condições estressantes e emocionalmente desafiadoras. Isso pode levar a níveis elevados de exaustão física e emocional, além de estresse crônico.

Trauma e Burnout: Testemunhar o sofrimento e a morte de tantos pacientes, bem como lidar com a falta de recursos e o medo constante de contágio, pode resultar em trauma psicológico e burnout entre os profissionais de saúde. Eles podem experimentar sintomas como ansiedade, depressão, insônia e esgotamento emocional.

Como ressalta o doutor Anderson da Costa:

...o enfrentamento assistencial da COVID-19 trazia incertezas ao médico. Apesar de realmente trazer dúvidas adicionais à minha prática médica, não gerava exatamente algo completamente inusitado. Afinal, a medicina é uma ciência de probabilidades e, portanto, devemos conviver bem com as incertezas ao exercê-la. Já o medo de contágio ampliado e seu consequente colapso no sistema de saúde me preocupava por demais como epidemiologista. (MARQUES; DIAS-LIMA, 2020, p. 72)

1.3 Riscos da contaminação

Luto e Perda: Muitos profissionais de saúde enfrentaram o luto e a perda durante a pandemia, perdendo colegas de trabalho, pacientes e até mesmo entes queridos para a COVID-19. Lidar com essas perdas pode ser extremamente desafiador e impactar negativamente a saúde mental desses profissionais.

Estigma e Culpa: Alguns profissionais de saúde podem enfrentar estigma social ou autoimposto relacionado à sua exposição ao vírus ou à sua capacidade de lidar com a crise de maneira eficaz³. Sentimentos de culpa por não poder salvar todos os pacientes ou por cometer erros médicos também podem afetar sua saúde mental.

Recursos de Apoio e Autocuidado: Discutir a importância de fornecer recursos de apoio adequados para os profissionais de saúde, incluindo acesso a serviços de saúde mental, programas de apoio psicológico, grupos de apoio entre colegas e oportunidades de autocuidado, como descanso adequado e atividades de relaxamento.

Implicações para a Prática Profissional: Considere como o impacto na saúde mental dos profissionais de saúde pode afetar sua capacidade de prestar cuidados de

qualidade aos pacientes e a necessidade de estratégias para mitigar esses efeitos sobre a prática clínica. Ao abordar essas particularidades, você pode destacar a importância de reconhecer e apoiar os profissionais de saúde em sua jornada de recuperação pós-COVID e promover uma cultura de cuidado e bem-estar dentro do sistema de saúde.

Por outro lado em uma tentativa de conter o avanço do vírus mortal, se optou por uma prática antiga, mostrada na história da humanidade referente ao combate a hanseníase, falamos do isolamento social, que hoje podemos dizer que tais portadores da doença eram discriminados, impedidos de circular livremente em certos locais, impondo vestimenta para sinalar que estava com a doença, a mais de colocar campainhas em si mesmo indicando onde estava localizado o portador de hanseníase, sem esquecer de outras doenças como a peste onde foi utilizada medidas parecidas para evitar o contágio geral da população. Como explica Fernando Dias (MARQUES; DIAS-LIMA, 2020, p. 37-41), falando do controle ao risco de contágio, desde tempos ancestrais existem estratégias de controle para evitar a transmissão de doenças contagiosas, até aquelas que hoje são consideradas medievais, porém a realidade é que para prevenir o avanço dos agentes infecciosos é necessário evitar o contato com vetores e reservatórios não humanos, ou imunizar indivíduos através da vacinação.

Por outro lado Isolamento e quarentena, como ressalta o autor, têm procedimentos específicos, assim como uma definição oficial, de tal modo que isolamento social e isolamento individual não significam mesma coisa, falar de isolamento é uma prática imposta para portadores de doenças graves e contagiosas, porém quarentena, acarreta protocolos para fechar fronteiras (portos-aeroportos) limitando o acesso livre em áreas definidas, tais como bairro, cidade ou até um país inteiro, para evitar passar de epidemia para pandemia, como foi o caso do vírus do Covid-19. Os efeitos catastróficos de tal pandemia, o avanço tão acelerado da doença, e perceber o colapso do sistema de saúde em alguns países como Itália, pegaram de surpresa os profissionais da saúde, provocando medo e incertezas, que abalaram a saúde mental de quem ficou na linha de frente no combate a esta pandemia.

Na elaboração do presente trabalho foi observado, enquanto revisávamos a literatura científica coletada pela equipe, de que forma a COVID-19⁴ afetou à saúde mental dos profissionais da área da saúde⁵, em especial profissionais da área da enfermagem; assim como os impactos no dia a dia do profissional; por outro lado foi possível ter uma luz, no que respeita ao cuidado precoce com a saúde mental, identificando as possíveis maneiras de prevenir doenças neste sentido, dos profissionais da saúde. Observamos também, que a saúde mental dos profissionais na área, foi colocada à prova, pois

identificamos sintomas de ansiedade, incertezas, depressão e solidão. Logo, concluímos que é fundamental o cuidado da saúde mental para o desenvolvimento dos profissionais na sua área de atuação, assim como treinamento adequado para os mesmos saber lidar em um cenário pandêmico; já que é perceptível como, tal situação sobrecarrega cada um deles gerando esses conflitos em seu emocional.

O presente trabalho enfatiza a mudança na maneira de pensar numa situação de pandemia desde o olhar dos profissionais de enfermagem, já que durante o tempo de desenvolvimento do vírus da COVID-19, a humanidade sofreu grandes perdas. Aliás reconhecemos a coragem, empatia e dedicação desses profissionais no enfrentamento desta crise mundial, elogiando suas habilidades e competências⁶. Elevando a importância da atuação da enfermagem durante a pandemia⁷; fazendo uma análise da mortalidade entre esses profissionais e os impactos na saúde mental de cada um deles.

Em nosso trabalho buscamos refletir sobre o impacto deste problema na saúde mental dos profissionais de enfermagem que ficaram na linha de frente no combate ao vírus da COVID-19. Ao realizar um estudo profundo, no material científico coletado⁸, observamos que a rotina adaptada dos profissionais de enfermagem durante a pandemia, foi gerando incertezas, medos e preocupações como já mencionado anteriormente, contribuindo para o desenvolvimento de estresse, ansiedade, depressão e síndrome de burnout. Por outro lado, se faz necessário destacar a importância de garantir assistência à saúde e acompanhamento psicológico adequado para esses profissionais, como diria Elizabeth:

“A descoberta e a vivência do sentido do trabalho de enfermagem podem promover a saúde mental dos profissionais, pois o caráter de missão contempla todo um fazer, que inclui o sofrimento, a dor e a morte nesse cotidiano, além disso oportuniza encontros coexistenciais, vividos nas relações enfermeiro-paciente e enfermeiro-Enfermagem.” (ESPERIDIÃO, Elizabeth, 2020, p. 15).

Sendo assim, sentimos a necessidade de contextualizar a enfermagem como uma profissão essencial no sistema de saúde, valorizando sua atuação nos diversos campos da saúde. Aliás, queremos abordar às preocupações relacionadas à sobrecarga de trabalho, estresse ocupacional e desvalorização profissional sofridas pelos enfermeiros. Visando refletir sobre as repercussões da pandemia de COVID-19 na saúde mental de tais profissionais.

1.4 Falta de recursos e informações

Através dos passos seguidos pela equipe na elaboração do presente trabalho, percebemos que falta olhar de maneira mais significativa para a saúde mental e os impactos da COVID-19 na vida dos profissionais de enfermagem, já que poucos estudos encaram, de fato, a importância que teve a experiência vivida pelos profissionais de saúde no período difícil da pandemia. É mais, a imagem do profissional de saúde, se olha como alguém inabalável, sem considerar que precisa-se dar atenção a saúde mental deles, para se desenvolver saudavelmente na vida pessoal e profissional.

Como diz Ribeiro (2021), colocando na boca dos profissionais da saúde a expressão: “Não somos máquinas!”, enfatizando a situação destes profissionais no Brasil durante a pandemia, dito autor faz uma abordagem metodológica mista, se valendo de um questionário com perguntas abertas e fechadas, onde tal enquete foi aplicado entre maio de 2020 e junho de 2021; analisando os dados obtidos através da estatística simples e temática. Foram 126 participantes; dos resultados obtidos, é possível observar que todos tiveram aumento de carga horária, realizando horas extras, além das tarefas cotidianas, sem falar que experimentaram muita pressão ao cumprir os mesmos prazos e metas pré-pandêmicos. Assim, essas exigências provocaram sintomas de depressão, ansiedade, medo e sobrecarga de trabalho. Por outro lado, Ribeiro (2021), conclui que os profissionais da saúde ao enfrentar exaustão e condições de trabalho inseguras, precisam urgentemente de ser criadas políticas públicas, como de adotar medidas organizacionais apoiando a saúde mental de tais profissionais, sem esquecer de assegurar a proteção social. O estudo realizado por Ribeiro (2021), ressalta que não é suficiente o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), se esquecemos das condições reais de trabalho, como ritmos, jornadas e processos laborais, que estejam garantindo a segurança e o conforto dos trabalhadores da saúde durante a pandemia.

Outro ponto importante durante a pandemia foi o cenário das pessoas em situação de rua que apresentaram transtornos mentais. As ações adotadas para enfrentar esse desafio incluíram a ampliação dos serviços de saúde mental de rua, oferta de abrigos temporários com suporte psicossocial e a criação de equipes multidisciplinares para fornecer assistência integrada a essa população vulnerável. Como foi possível observar e como a história mostra, os mais pobres e vulneráveis da humanidade foram os mais castigados pela doença e pela situação, onde faltou recursos para atender esses setores da população, assim como medidas públicas

para garantir o acesso aos serviços de saúde para todos, sem discriminação, porém a realidade era que os pobres, indígenas e idosos foram quase esquecidos, como expressa Juracy Marques:

“Não podemos deixar de mencionar outra face monstruosa dos controles econômicos sobre a pandemia: o desprezo pela vida dos idosos em todo o mundo. Acionando uma estatística cruel, o que nas sociedades tradicionais são considerados o nosso tesouro, os mais velhos foram tratados como escória, como lixo, sendo jogados às primeiras filas do corredor da morte nas primeiras noites da atuação do coronavírus.” (MARQUES; DIAS-LIMA, 2020, p. 22).

No que diz respeito à qualidade de vida, a pandemia de COVID-19 afetou diversas áreas, desde a saúde física e mental até o bem-estar social e econômico. A incerteza em relação ao futuro, o medo do contágio e as restrições de movimento contribuíram para um declínio na qualidade de vida de muitas pessoas em todo o mundo. No entanto, estratégias de enfrentamento, como o fortalecimento dos laços sociais, o cuidado com a saúde mental e a busca por atividades significativas, têm sido fundamentais para diminuir os impactos negativos da pandemia e promover o bem-estar geral da população.

Em geral, a pandemia de COVID-19 trouxe à tona uma série de desafios complexos, mas também catalisou inovações e transformações em diversas áreas da vida. A resposta eficaz a esses desafios requer uma abordagem completa e colaborativa, envolvendo profissionais de saúde, educadores, formuladores de políticas e a sociedade em geral. Somente através da solidariedade e do trabalho conjunto podemos superar os obstáculos impostos pela pandemia e construir um futuro mais resiliente e inclusivo para todos.

Às enfermidades tem atormentado a humanidade desde o início dos tempos, o maior contato com diferentes culturas, ecossistemas e animais, foi resultando nos surgimentos de pandemias. Especificamente no ano de 2019, é difícil calcular e prever o verdadeiro impacto que a covid 19 causou. Com base á está pesquisa de informações, buscamos realçar a grande importância de um acompanhamento psicológico nas redes hospitalares, ajudando a confortar e preparar futuros profissionais para a possibilidade de uma nova pandemia. Aonde será oferecido suporte emocional e psicocomportamental. Segundo a OMS (órgão mundial da saúde) na linha de frente do atendimento às vítimas do coronavírus, diante das incertezas e apreensões relativas à prestação do cuidado e do medo de contaminação, o profissional da enfermagem se vê diante de impactos em sua saúde mental, que já atingia antes mesmo da pandemia; á extensa jornada de trabalho alicerçada no ténue

limite entre a vida e a morte dos pacientes pode se tornar um dos fatores de desgaste e sofrimento psicológico.

Saúde mental dos profissionais de saúde é de extrema importância não apenas para o bem-estar individual, mas também para a qualidade dos cuidados que prestam aos pacientes.

Esses profissionais enfrentam desafios únicos em seu trabalho, lidando diariamente com situações estressantes emocionalmente; intensas e muitas vezes traumáticas, por tanto é essencial que sua própria saúde mental seja priorizada e cuidada adequadamente. Os profissionais de saúde frequentemente lidam com pressões significativas relacionadas ao ambiente de trabalho, às longas horas, às demandas constantes e a necessidade de tomar críticas em momentos de grande estresse, podendo levar a alto nível de ansiedade, esgotamento e até mesmo depressão; além disso a exposição a situação de sofrimento e perda pode desencadear sentimento de tristeza e impotência, contribuindo para problemas de saúde mental

Além disso, o estigma em torno de busca de ajuda, para questões de saúde mental pode ser particularmente prevalente entre os profissionais de saúde, eles muitas vezes se sentem obrigados a manter uma fachada de força e competência, temendo que admitir suas próprias lutas possa prejudicar a sua capacidade de cuidar dos outros. Isso pode levar à negação de seus próprios sentimentos, e a relutância em procurar apoio quando necessário.

No entanto, reconhecer e abordar as necessidades de saúde mental dos profissionais de saúde é fundamental, para garantir que eles possam desempenhar eficazmente seus papéis, e oferecer cuidados de alta qualidade aos pacientes. Quando os profissionais de saúde estão emocionalmente equilibrados e bem cuidados, são capazes de lidar com o estresse do trabalho, tomar decisões acertadas e manter relacionamentos empáticos com os pacientes.

Investir no bem-estar dos profissionais de saúde pode ter benefícios significativos para o sistema de saúde como um todo. Reduzir o esgotamento e o absenteísmo relacionados a saúde mental, pode melhorar a retenção de profissionais qualificados e a satisfação no ambiente de trabalho; contribuindo para uma força de trabalho mais e resiliente.

E no ano de 2019 com a chegada da covid 19, veio também um impacto significativo na saúde mental, trazendo com eles os seguintes fatores; exposições ao trauma e a morte (mortes em grande escala), a carga de trabalho excessiva (alta demanda de serviços), riscos de contaminação (o medo de se infectar e transmitir o vírus para familiares), falta de recursos e apoios adequados (falta de equipamentos individuais), isolamento e separação social (devido ao medo de transmitir o vírus aos

outros ou como medidas de quarentena). Ética e dilemas morais (Os profissionais de enfermagem podem ter enfrentado dilemas éticos e morais difíceis ao lidar com a alocação de recursos limitados, tomada de decisões sobre triagem e tratamento, e cuidados no final da vida.

Por outro lado, falando do enfrentamento inicial na guerra contra o COVID-19, no epicentro donde tudo começou, as autoridades chinesas mostraram para o mundo inteiro, estar colocando medidas restritivas muito rígidas, a respeito da circulação de pessoas para fora da cidade onde surgiu o vírus, assim como exames em massa; porem nada foi suficiente para conter a doença, e o vírus da COVID-19 rapidamente se disseminou pelo mundo, até foi investigado pelas autoridades internacionais sobre quem poderia ser responsável de tal catástrofe, teve queixas sobre possíveis condutas inadequadas por parte da comunidade científica chinesa, e não demoro em se falar de uma suposta manipulação de dados, de uma certa censura a cientistas, assim como de um acobertamento de falhas por parte do governo chines, (MARQUES; DIAS-LIMA, 2020, p. 22). Toda essa desinformação somada a notícias falsas sobre a doença, impediram de realizar estratégias eficazes no enfrentamento à pandemia da COVID-19, pelos profissionais do resto do mundo, fazendo-nos questionar se os avanços tecnológicos alcançados, são suficientes para vencer está guerra.

2. METODOLOGIA

O método empregado pela equipe foi através de pesquisas, bibliografias e artigos científicos, sem deixar de lado a pesquisa a campo, com o objetivo de enfatizar a importância de um acompanhamento psicológico com suporte emocional e psicocomportamental, pois estamos cientes que um equilíbrio mental nos profissionais da saúde contribui para realizar eficazmente sua função, qualquer que esta seja.

Seguindo os conselhos da doutora Rania Esteitie em sua obra: Fundamentos de pesquisa clínica, na hora de abordar um artigo científico é preciso faze-lo de maneira sistêmica e organizada, indicando que cada trabalho utilizado na pesquisa á de ser abordado da mesma maneira, primeiramente hemos de dividir o artigo em três partes: Introdução, discussão e conclusão. Na introdução devemos focar em quatro elementos, identificadores do artigo, é dizer qual é o título, quem é o autor, lugar e ano em que foi realizado o trabalho estudado, pois isto ajudará na discussão e exposição do trabalho que pretendemos elaborar. O segundo elemento é, o tipo de estudo, muito útil para validar a qualidade e confiabilidade do estudo que pretendemos fazer. Terceiro elemento revisão da literatura médica,

pois é preciso estar a par com as novas tendências e descobertas na área da saúde; e finalmente o último elemento os métodos, ressaltando a parte de inclusão e exclusão utilizada pelos autores no estudo sendo revisado por nós (ESTEITIE, Rania, 2015, p. 26).

O presente trabalho utiliza uma abordagem descritiva e reflexiva, baseada em uma revisão da literatura científica e documentos oficiais relacionados à saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. São incluídos estudos e relatórios sobre o tema, com destaque para os impactos psicossociais e psicossomáticos enfrentados pelos enfermeiros. Como diria a doutora Rania Esteitie:

“A análise crítica é um processo sistemático usado para identificar os pontos fortes e fracos de um artigo científico, a fim de avaliar a utilidade e a validade dos achados da pesquisa.” (ESTEITIE, Rania, 2015, p. 32).

Salientando que para fazer um bom trabalho de análise crítica, devemos refletir se, a pergunta do estudo é relevante?; acrescenta algo novo?; que tipo de pergunta científica está sendo feita?; o delineamento de estudo foi adequado?; os métodos de estudo abordaram as fontes mais importantes?; o estudo foi conduzido de acordo com o protocolo original?; o estudo testa a hipótese levantada?; as análises estatísticas foram realizadas corretamente?; os dados justificam as conclusões? e por fim existem conflitos de interesse?

A pesquisa adotou uma abordagem mista, combinando métodos quantitativos e qualitativos para entender melhor o impacto da pandemia nas condições de trabalho e na saúde mental dos profissionais de saúde. Um questionário semiestruturado foi aplicado em alguns profissionais da área da saúde, reunindo informações sobre diversas áreas, como idade, sexo, condições de trabalho e vivências durante a pandemia. Participaram enfermeiras e médicos, principalmente mulheres com idade média de 38 anos. A coleta de dados ocorreu por meio de um formulário eletrônico e seguiu protocolos éticos rigorosos, o qual foi elaborado no Google Forms, que é um criador de formulários online, ferramenta utilizada para dar maior veracidade ao presente trabalho, o qual continha as perguntas direcionadas a profissionais da área da saúde que tiveram a experiência de trabalhar na linha de frente no combate ao vírus da Covid-19, perguntas como: Quais os desafios que a pandemia trouxe em sua saúde emocional? Até qual foi seu maior aprendizado após estar na linha de frente? E o que poderia ser mudado nas equipes em futuras pandemias? Finalizando com uma mensagem positiva após este período.

Figura 2

Experiência durante a Pandemia (covid-19)

Roteiro de perguntas direcionado aos profissionais de Saúde com objetivo de obter dados para trabalho de conclusão de curso.

Quais os desafios que a pandemia trouxe em sua saúde emocional?

Texto de resposta longa

Você adquiriu alguma das alternativas abaixo?

Ansiedade

Depressão

Síndrome de Burnout (exaustão extrema)

Fonte do próprio autor.

Figura 3

Como o Covid-19 afetou sua vida, houve perda de familiares?

Sim

Não

Como foi distanciamento social entre vc e sua família?

Texto de resposta longa

No período em que você atuou na linha de frente, quais foram suas precauções ou atitudes para não entrar a contaminação em seu ambiente familiar?

Texto de resposta longa

Fonte do próprio autor.

Figura 4

Você precisou de algum acompanhamento psicológico pós pandemia ou conhece alguém da área da saúde que precisou?

Sim

Não

Outro

Qual foi seu maior aprendizado após estar na linha de frente?

Texto de resposta longa

Com base na sua experiência, o que você acha que poderá ser mudado nas equipes em futuras pandemias?

Texto de resposta longa

Fonte do próprio autor.

Figura 5

Quais são os valores que você adquiriu com a pandemia?

Texto de resposta longa

Você tem alguma mensagem positiva após esse período?

Texto de resposta longa

Fonte do próprio autor.

3. Apresentação dos dados e discussão de resultados

No auge da pandemia os profissionais que trabalharam na linha de frente acabaram sendo expostos a rotina intensa do cotidiano, sendo 66% se sentiram mais estressados, 44% citam maior nível de ruminação em relação à pandemia e 19,9% dizem ter chorado no trabalho (RIBEIRO, 2021), com bases nesses dados vamos levantar pesquisa e formulário, comprovando o quanto esses profissionais podem ter desenvolvido um problema mental como ansiedade, depressão e síndrome do pânico, colocando assim para nós, o norte do presente trabalho de conclusão de curso.

Os resultados obtidos pela equipe a traves do questionário online, que passamos para nossos entrevistados da área da saúde, pudemos observar que a maioria experimentou medo por enfrentar algo novo e que pouco se sabia sobre a doença, assim como ter que aprender hábitos que eram conhecidos, porem pouco praticados, coisas tão simples como lavar e higienizar as mãos frequentemente, tirar os sapatos antes de entrar em casa, separar roupa utilizada durante o serviço nas unidades de saúde, etc. Até foi mencionado por alguns dos entrevistados que isso virou rotina na vida de cada um deles, a tal ponto de se sentir mais saudável. Certamente como outros mencionaram em suas respostas, a vivência da pandemia

trouxe bastante aprendizado, assim como perceber que somos frágeis e um microrganismo pode acabar com nossa vida facilmente, de tal modo que a maioria concordou em que uma das grandes lições desta pandemia, foi dar maior valor a vida e a família, pois durante a luta contra o vírus, foi preciso sacrificar as relações familiares para evitar contaminar os mais vulneráveis da família.

Como parte das discussões geradas a partir dos resultados obtidos, foi colocado a importância de criar estratégias e diretrizes que podem ser adotadas para a saúde mental nas redes hospitalares, refletindo sobre como ficou a saúde mental desses profissionais pós grande volume de perdas pela covid 19, além de realçar que é crucial o acompanhamento psicológico para profissionais da área da saúde, conscientizando e reconhecendo que é essencial disponibilizar psicólogos nas redes públicas, assim como de profissionais para dar suporte a quem fica na linha de frente em casos de pandemia.

Por outro lado, precisamos rever que a falta de treinamento adequado, condições de trabalho hostis e contato direto com pacientes com COVID-19, desestabilizou o sistema de saúde no mundo todo, assim fica um alerta para se preparar melhor no futuro, e saber enfrentar com melhores estratégias tal situações.

Também, é preciso esclarecer as principais informações sobre a saúde mental desses profissionais, através de entrevistas e artigos, que incentivem a uma maior compreensão do seu papel na sociedade, oferecendo caminhos e possíveis soluções para melhorar os cuidados para às necessidades físicas, mentais e espirituais desses profissionais. Assim como pensar em medidas que devem ser implementadas para melhorar as condições de trabalho, e como fornecer recursos adequados, como treinamento apropriado, sem esquecer de idear uma maneira de garantir que eles tenham tempo necessário para descanso e recuperação.

Foi observado como esses profissionais de saúde conseguiram passar por essa fase difícil da pandemia, tendo que cuidar de familiares e amigos com a doença e assim também enfrentar o luto, situação que é difícil de lidar, como foi relatado por alguns dos entrevistados.

Os resultados destacam a evolução da pandemia de COVID-19 no contexto do sistema de saúde brasileiro, os desafios enfrentados pela enfermagem na assistência aos pacientes e os impactos na saúde mental desses profissionais. São discutidas medidas de proteção e suporte psicológico para os enfermeiros, bem como a importância de políticas de saúde que considerem suas necessidades.

Consequentemente observamos que muitos profissionais de saúde enfrentaram mudanças significativas em suas rotinas de trabalho devido à pandemia, com relatos de sobrecarga física e psicológica, além de situações de assédio moral.

Embora a maioria tenha relatado possuir equipamentos de proteção adequados, muitos destacaram a falta de apoio institucional e social para lidar com os desafios enfrentados. O desgaste mental foi evidente, com relatos de insônia, aumento do consumo de alimentos, cansaço e preocupações constantes. Além disso, os profissionais expressaram sentimentos de tristeza, desânimo e incerteza em relação ao futuro.

As experiências compartilhadas pelos participantes destacaram a necessidade urgente de apoio psicossocial e melhores condições de trabalho para os profissionais de saúde. A falta de reconhecimento e valorização, aliada à intensa pressão e ao sofrimento vivenciado, evidencia a importância de políticas públicas e intervenções destinadas a proteger a saúde física e mental desses trabalhadores essenciais.

Focando a necessidade de uma abordagem estrutural para enfrentar os desafios encarnados pelos profissionais de saúde durante a pandemia de Covid-19 no Brasil. Destaca-se a intensificação da precarização das condições de trabalho em saúde, refletida na exaustão e desesperança relatadas pelos trabalhadores. Além disso, ressalta-se a feminização do trabalho na área da saúde e a maior vulnerabilidade das mulheres a riscos de contaminação pelo vírus. A mais de enfatizar a importância de políticas de proteção social e estratégias institucionais, como suporte psicossocial e espaços de fala e escuta, para mitigar o sofrimento mental dos profissionais. Conclui-se reiterando a necessidade de defesa do SUS, investimento em pesquisa científica e garantia de condições de trabalho dignas para os profissionais de saúde.

Como podemos perceber existem muitas controvérsias no que diz respeito a origem do vírus da Covid-19 e o único que temos certeza é que trouxe para à humanidade grandes desafios, desde a incapacidade de conter uma doença até então desconhecida, pois como diz um dos autores da obra “Ecologia humana & pandemias: consequências da COVID-19 para o nosso futuro” é que podemos imaginar toda esta situação como querer trocar o pneu do nosso carro enquanto o veículo está em movimento (MARQUES; DIAS-LIMA, 2020, p. 68-69); certamente uma tarefa impossível de realizar, mas isso trouxe grandes lições para o homem, desde aprender a se multiplicar num esforço por impedir o colapso nos sistemas de saúde ao redor do mundo, como se acostumar ao isolamento social até aparecer uma vacina capaz de impedir o avanço do vírus mortal.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo conclui destacando a necessidade de evidências científicas para o desenvolvimento de protocolos assistenciais e acompanhamento psicológico sistemático para os profissionais de enfermagem. São sugeridas intervenções psicológicas contínuas para aliviar o estresse e a ansiedade, promovendo a saúde mental desses profissionais durante e após a pandemia de COVID-19.

Podemos dizer que os profissionais da saúde enfrentaram com bravura e coragem, esta guerra contra o vírus da COVID-19, mostrando empatia pela vida e desejo de contribuir com seu serviço, seja qual for, um jeito de mudar o cenário de vulnerabilidade e apreensão sofrido pela humanidade nesta difícil empreitada; sendo assim sentimos a necessidade de reconhecer o valor do trabalho da enfermagem e demais profissionais da saúde que ficaram na linha de frente nesta pandemia. Que a mais de se preocupar com a recuperação da população adoecida e aumentando rapidamente, tinham que enfrentar as incertezas de uma gestão que parecia estar em conflito, enquanto uns apoiavam o isolamento social, outros discutiam sobre as consequências da economia do país que estava sendo avalada, e outros querendo aproveitar da situação disseminando a ideia de prevenção usando certas substâncias como cloroquina, hidroxiclороquina, ivermectina, etc, sem ter fundamento científico sobre sua eficácia contra o vírus da COVID-19; enquanto o sistema de saúde parecia estar desestruturando com o aumento de gastos por conta do pessoal estar adoecendo também, aumento de trabalho e precisar de novas contratações para dar conta da situação, até aparecer uma vacina que pudesse melhorar a situação, que mesmo assim as notícias falsas para se aderir a uma vacina, ameaçavam o fim desta pandemia.

Diante da gravidade e estresse desta situação, os profissionais de saúde souberam sair vitoriosos, carregando uma bagagem de experiências ruins, pelas perdas tanto de amigos, conhecidos e até de entes queridos, como experiências que incentivaram seu crescimento como pessoas adquirindo valores e qualidades que fizeram deles ótimos profissionais. Podemos concluir que a humanidade precisa aprender a se preocupar mais com os seus profissionais de saúde, pensar não só nas ferramentas e equipamentos necessários para dar um bom serviço, aproveitando os avanços tecnológicos, mas também é necessário investir em formação intelectual e mental para estar melhor preparados em caso de novas pandemias.

REFERÊNCIAS

- 1- BEZERRA, Gabriela Duarte (Organizadora) et al. O impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental dos profissionais da saúde: Revisão integrativa; Revista Enfermagem Atual In Derme, Crato-Ceará, Brasil, 2020. 20 p. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/758/714>; acesso em 21/03/24.
- 2- CAVALCANTI, Washington Moreira (Organizadora) et al. Pandemias: Impactos na sociedade; Synapse Editora. Belo Horizonte, MG, 2020. 126 p.
- DA SILVA, Dannyele Cristina (Organizadora) et al. A importância da enfermagem na pandemia de COVID-19: Livro eletrônico. Triunfo, PE: Omnis Scientia, 2021. 92 p.
- 3- DANTAS, Eder Samuel Oliveira. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. Interface-Comunicação, Saúde, Educação, v. 25, 2021. 2. DE CARVALHO,
- 4- ESPERIDIÃO, Elizabeth (Organizadora) et al. Enfermagem em saúde mental e COVID-19: Serie enfermagem e pandemias, 4. Brasília, DF, 2020. 76 p.
- 5- ESTEITIE, Rania. Fundamentos de pesquisa clínica. AMGH Editora Ltda: Grupo A, 2015. E-book. ISBN 9788580555127. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788580555127/>. Acesso em: 07 jun. 2024.
- 6- Marina Ribeiro Coutinho Teixeira et al. Aspectos relacionados à saúde mental dos profissionais de saúde durante a pandemia do Covid-19: uma revisão integrativa da literatura. Brazilian Journal of Health Review, v. 3, n. 6, p. 19481-19491, 2020.
- 7- MARQUES, Juracy; DIAS-LIMA, Arthur (Org.) et al. Ecologia Humana & pandemias: consequências da COVID-19 para o nosso futuro. BA: SABEH, 2020. 150 p. Disponível em: http://sabeh.org.br/?page_id=172
- 8- MINISTÉRIO DA SAÚDE, gov.br; Síndrome de Burnout; Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>; acesso em 21/03/24.
- 9-PRADO, Amanda Dornelas et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. Revista Eletrônica Acervo Saúde, n. 46, p. e4128-e4128, 2020.
- 10-RAMOS-TOESCHER, Aline Marcelino et al. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. Escola Anna Nery, v. 24, 2020.
- 11-RIBEIRO, Bruno Chapadeiro (Organizador) et al. “Não somos máquinas!”:

Saúde Mental de Trabalhadores de Saúde no contexto da pandemia COVID-19;
Revista Política & Sociedade – ISSN 2175-7984, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil,
2021. 100 p. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/2175-7984.2021.82617>; acesso
em 21/03/24.

