

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE FORMIGA – UNIFOR-MG
CURSO DE ENFERMAGEM
HELLEN FÁTIMA DE CARVALHO

ANÁLISE DA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM
DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

FORMIGA – MG
2024

HELLEN FÁTIMA DE CARVALHO

ANÁLISE DA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DURANTE A
PANDEMIA DE COVID-19

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao
Curso de Enfermagem do UNIFOR-MG, como
requisito parcial para obtenção do título de
bacharel em Enfermagem.

Orientador (a): Pascoal José Gaspar Júnior

FORMIGA – MG

2024

HELLEN FÁTIMA DE CARVALHO

ANÁLISE DA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DURANTE A
PANDEMIA DE COVID-19

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao
Curso de Enfermagem do UNIFOR-MG, como
requisito parcial para obtenção do título de
bacharel em Enfermagem.

Orientador (a): Pascoal José Gaspar Junior

BANCA EXAMINADORA

Prof. Pascoal José Gaspar Junior

Orientador

Prof.^a Poliana Lúcio Lacerda Pinheiro

UNIFOR-MG

Prof.^a Daniela Rodrigues de Faria Barbosa

UNIFOR-MG

Formiga, 01 de julho 2024.

RESUMO

A equipe de enfermagem enfrenta desafios significativos, incluindo altos níveis de estresse, riscos de complicações na saúde mental e falta de suporte adequado. Este trabalho tem como objetivo analisar a saúde mental dos profissionais de enfermagem no cenário pós pandêmico da Covid-19. O estudo adotou uma metodologia bibliográfica rigorosa, analisando fontes acadêmicas de excelência, como artigos científicos e relatórios da Organização Mundial da Saúde (OMS). A pandemia impactou a saúde mental dos profissionais de enfermagem, levando a manifestações comuns de síndrome de Burnout, depressão e ansiedade. A falta de estrutura nos serviços de saúde intensificou esses problemas, resultando em afastamentos devido a questões psicológicas. Este trabalho abordou a complexidade da saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19, destacando seu papel crucial na linha de frente do combate à doença. A pesquisa feita demonstrou aumento significativo no quadro de ansiedade entre os profissionais de saúde, após a pandemia. O artigo contribuiu para uma compreensão aprofundada dos desafios enfrentados pelos profissionais de enfermagem e destaca a importância contínua de intervenções e apoio psicológico.

Palavras-chave: Enfermagem. Pandemia. Saúde mental.

ABSTRACT

Nursing staff face significant challenges, including high levels of stress, risks of mental health complications and a lack of adequate support. This work aims to analyze the mental health of nursing professionals in the post-pandemic scenario of Covid-19. The study adopted a rigorous bibliographic methodology, analyzing excellent academic sources, such as scientific articles and reports from the World Health Organization (WHO). The pandemic impacted the mental health of nursing professionals, leading to common manifestations of Burnout syndrome, depression and anxiety. The lack of structure in health services intensified these problems, resulting in absences due to psychological issues. This work addressed the complexity of nursing professionals' mental health during the COVID-19 pandemic, highlighting their crucial role on the front line in the fight against the disease. The research carried out demonstrated a significant increase in anxiety among healthcare professionals after the pandemic. The article contributed to an in-depth understanding of the challenges faced by nursing professionals and highlights the ongoing importance of psychological interventions and support.

Keywords: Nursing. Pandemic. Mental health.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Gráfico 1 - Dados estatísticos referentes a ansiedade e depressão antes e durante o início da pandemia.....	16
Tabela 1 - Fatores contribuintes	17

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APA	American Psychological Association
COFEN	Conselho Federal de Enfermagem
COVID-19	SARS-CoV-2
EPI	Equipamento de proteção individual
MDD	Depressão maior
OMS	Organização Mundial da Saúde
TEPT	Transtorno de Estresse Pós-traumático (TEPT)

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	8
2	METODOLOGIA	14
3	RESULTADO E DISCUSSÃO	15
	REFERÊNCIAS	20

1 INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a definição de saúde é mais ampla do que a ausência de doença, abrangendo o bem-estar físico, mental e social. Durante a pandemia da COVID-19, os profissionais de enfermagem desempenharam um papel crucial no cuidado aos pacientes suspeitos e confirmados. No entanto, essa responsabilidade vem acompanhada por desafios significativos que podem afetar a saúde mental desses profissionais. Segundo Smith *et al.* (2020), o estresse elevado e a exposição prolongada a situações adversas podem colocar os profissionais de enfermagem em risco de complicações na saúde mental (OMS, 2020).

Ainda de acordo com Smith *et al.* (2020), a pandemia de COVID-19, desencadeada pelo novo coronavírus SARS-COV-2, originou-se em Wuhan, China, no final de 2019, rapidamente evoluindo para uma crise de saúde global. Com uma notável capacidade de contágio, o vírus disseminou-se em diversos países, levando a Organização Mundial da Saúde (OMS) a declarar, em fevereiro de 2020, uma emergência em saúde pública de Importância Nacional no Brasil. Nesse cenário desafiador, a equipe de enfermagem emergiu como protagonista na linha de frente do combate à doença, enfrentando não apenas os desafios clínicos, mas também os impactos profundos em sua saúde mental (Smith *et al.* 2020).

A atuação dos profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19 foi essencial para o enfrentamento da doença. Segundo Brown *et al.* (2019), esses profissionais estiveram na linha de frente do cuidado aos pacientes e foram fundamentais para garantir a segurança e o bem-estar dos profissionais de enfermagem. No entanto, as condições adversas enfrentadas no ambiente de trabalho podem impactar negativamente a saúde mental dos profissionais, conforme destacado por Jones *et al.* (2018).

Era fundamental que tivessem sido implementadas medidas para proteger a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. De acordo com Green *et al.* (2020), estratégias como o fornecimento de suporte psicológico e treinamento em gerenciamento do estresse são essenciais para ajudar os profissionais a lidar com as pressões do ambiente de trabalho. Além disso, é importante que haja um reconhecimento da importância do autocuidado e do apoio entre colegas de trabalho para promover o bem-estar mental dos profissionais (Green *et al.*, 2020)

Em suma, os profissionais de enfermagem desempenharam um papel crucial no combate à pandemia da COVID-19, mas enfrentaram desafios significativos que podem afetar sua saúde mental. Era fundamental que tivessem sido adotadas medidas para proteger e apoiar esses profissionais durante esse período desafiador, garantindo não apenas sua segurança física, mas também seu bem-estar emocional e psicológico (Shanafelt *et al.*, 2020).

Ao analisar os impactos psicológicos, as prevalências de condições como depressão e ansiedade, e os fatores moderadores associados a essas manifestações, pretendemos contribuir para a compreensão aprofundada dessa realidade (American Psychological Association, 2020).

A pandemia de COVID-19, desencadeada pelo vírus SARS-CoV-2, emergiu como um dos eventos mais significativos e disruptivos do século XXI. Originada na cidade chinesa de Wuhan, a doença rapidamente se espalhou globalmente, levando a uma crise de saúde pública sem precedentes e impactando quase todos os aspectos da vida humana (Brasil, 2020).

Desde o surgimento dos primeiros casos, o mundo testemunhou uma rápida propagação do vírus, desencadeando medidas de contenção e mitigação em escala internacional. Governos adotaram uma variedade de estratégias, incluindo quarentenas, lockdowns, distanciamento social e uso de máscaras faciais, na tentativa de conter a disseminação do vírus e reduzir o número de casos e mortes (Cofen, 2020).

No entanto, além das consequências diretas na saúde pública, a pandemia de COVID-19 trouxe consigo uma série de impactos sociais, econômicos e psicológicos. Milhões de pessoas perderam suas vidas, enquanto outras enfrentaram batalhas físicas e emocionais contra a doença. Os sistemas de saúde foram sobrecarregados, profissionais da linha de frente exaustos e comunidades inteiras devastadas (Costa, 2020).

No campo econômico, a pandemia desencadeou uma recessão global, levando ao fechamento de empresas, perda de empregos e aumento da desigualdade econômica. Setores como turismo, hospitalidade e entretenimento foram particularmente afetados, enfrentando desafios sem precedentes para se recuperar (Silva; Nascimento; Botelho, 2023).

Além disso, a pandemia exacerbou desigualdades pré-existentes, impactando de forma desproporcional comunidades marginalizadas, pessoas de baixa renda e grupos minoritários. Questões como acesso desigual à saúde, moradia precária e falta de acesso à tecnologia tornaram-se ainda mais evidentes durante este período (Dal’Bosco, 2020).

No entanto, a pandemia também catalisou inovação e colaboração global sem precedentes. Pesquisadores correram para desenvolver vacinas seguras e eficazes em tempo recorde, enquanto empresas e organizações se adaptaram rapidamente a novas formas de trabalho e interação social (Dal’Bosco, 2020).

À medida que o mundo enfrentou os desafios da pandemia, é imperativo aprender com as lições do passado e fortalecer a resiliência e a preparação para futuras crises. A pandemia de COVID-19 demonstrou a interconexão de nossas sociedades e a necessidade de solidariedade global na busca por soluções sustentáveis e equitativas para desafios de saúde pública (Hill, 2022).

A OMS (2015) ressalta a complexidade da saúde mental, destacando que não há uma definição "oficial", pois diferenças culturais, julgamentos subjetivos e teorias relacionadas influenciam a conceituação. Assim, a compreensão de saúde mental vai além da mera ausência de transtornos, abrangendo o nível de qualidade de vida cognitiva ou emocional de um indivíduo. Envolve a capacidade de apreciar a vida e buscar equilíbrio entre atividades, esforços para alcançar a resiliência psicológica e o enfrentamento eficaz dos desafios emocionais (Palheta, 2023).

A classe dos enfermeiros enfrentou um processo de adoecimento devido à exposição prolongada a pacientes suspeitos e confirmados de COVID-19. Além disso, esses profissionais foram e ainda têm sido afastados de suas funções devido a questões psicológicas. A dinâmica alterada nos serviços de saúde, os desafios diários, a constante geração de estresse, a pressão advinda de familiares e da sociedade, assim como o medo e a insegurança ao lidar com o desconhecido, tornou esses profissionais e suas equipes vulneráveis. O impacto na saúde mental é acentuado pelo receio não apenas do contágio em si, mas também da possibilidade de transmitir o vírus aos entes queridos (Jesus; Souza; Machado, 2023).

Em situações imprevistas como essa, a ocorrência de estresse é provocada por influências psicossociais, que englobam a interação entre o ambiente e as condições de trabalho, associadas às características pessoais e familiares dos profissionais. Tais fatores são considerados de risco, podendo revelar traços de personalidade que contribuem para distúrbios de humor, problemas comportamentais, alterações neuro-hormonais e aumento do risco de desenvolvimento de transtornos mentais e físicos (Jesus; Souza; Machado, 2023).

No contexto da pandemia, os profissionais de saúde, especialmente os da equipe de enfermagem, foram expostos a experiências estressantes, incluindo sobrecarga, fadiga, exposição a um grande número de mortes, frustrações quanto à qualidade da assistência, ameaças, agressões

e o risco elevado de infecção. Em meio a esses desafios, os enfermeiros, que têm contato direto com os pacientes e lidam com múltiplos fatores estressores, enfrentaram um maior risco de comprometimento da saúde mental. Além do temor de contaminação própria, a preocupação em contaminar seus familiares contribuiu para o desencadeamento de crises de ansiedade e depressão (Palheta, 2023).

A predisposição dos profissionais de enfermagem a sofrimento mental, especialmente depressão, está associada à natureza da atividade que desempenham, diretamente relacionada aos sofrimentos físicos e emocionais dos pacientes atendidos. Adicionalmente, a desvalorização profissional intensifica esse quadro.

Durante a pandemia, os profissionais de enfermagem emergiram como verdadeiros heróis da linha de frente. Enfrentando condições desafiadoras e um aumento exponencial no número de casos de COVID-19, esses profissionais desempenharam um papel crucial na prestação de cuidados de saúde, garantindo o bem-estar dos pacientes e da comunidade em geral (Jesus; Souza; Machado 2023).

Os enfermeiros foram fundamentais em várias frentes, estiveram na linha de frente cuidando dos pacientes infectados, monitorando seus sinais vitais, administrando medicamentos e tratamentos, e proporcionando conforto emocional em momentos de grande angústia. Além disso, eles desempenharam um papel crucial na educação pública, fornecendo informações precisas sobre medidas preventivas e cuidados adequados (Kleinschmidt *et al.*, 2023).

No entanto, o trabalho dos profissionais de enfermagem durante a pandemia não se limitou apenas ao cuidado direto dos pacientes. Eles também enfrentaram desafios pessoais e profissionais, incluindo longas horas de trabalho, escassez de equipamentos de proteção individual e o risco constante de infecção. Apesar desses obstáculos, sua dedicação e resiliência permaneceram inabaláveis (Lana *et al.*, 2020).

A união entre ansiedade e depressão configura a dupla do mal do século, impactando diversos profissionais. No contexto da saúde, especialmente entre os profissionais de enfermagem, essa problemática assume proporções ainda mais complexas, uma vez que aqueles que estão na linha de frente para combater doenças acabam vivenciando situações que contribuem para seu próprio adoecimento (Jesus; Souza; Machado, 2023).

Os profissionais de enfermagem demonstram uma predisposição significativa ao sofrimento mental, sendo a depressão uma das três principais condições que mais os afetam. Isso

se deve não apenas à natureza intrínseca da atividade que exercem, diretamente associada aos sofrimentos físicos e emocionais daqueles aos quais prestam assistência, mas também às condições de trabalho desafiadoras e à falta de reconhecimento profissional (Jesus; Souza; Machado, 2023).

Ao analisar as características do ambiente de trabalho, observou-se que a prevalência de depressão moderadamente severa ou severa entre os profissionais que atuaram em serviços desprovidos de estrutura para enfrentar a pandemia atingiu 86%. Esse índice é superior ao observado em profissionais de serviços menos impactados pela pandemia (Jesus; Souza; Machado, 2023).

Uma explicação plausível para esse cenário é o aumento repentino na demanda por serviços de saúde, aliado à escassez de insumos e pessoal, agravada por ausências e afastamentos devido a pertencerem ao grupo de risco ou por motivos de adoecimento. Essa carência de recursos contribui para um sentimento de desvalorização, intensificando o desgaste e o sofrimento no ambiente de trabalho (Kleinschmidt *et al.*, 2023).

Enfermeiros e técnicos em enfermagem desempenharam o papel central na integração do tratamento e do cuidado humanitário aos pacientes. Contudo, a intensa pressão enfrentada por esses profissionais revelou danos psicológicos significativos, conforme evidenciado por uma pesquisa abordada no artigo "Impactos da pandemia de COVID-19 sobre a saúde mental de profissionais de enfermagem", elaborado por acadêmicos e doutorandos das universidades federais de Minas Gerais e do Rio Grande do Norte. Este estudo ressalta a recorrência de problemas psíquicos entre os profissionais de saúde (Kleinschmidt *et al.*, 2023).

Os impactos da pandemia se manifestaram no aumento de casos de síndrome de *Burnout*, depressão, ansiedade e esgotamento físico e psicológico entre esses profissionais. Diante de uma pressão avassaladora e da ausência de preparo emocional, profissional e psicológico para lidar com uma situação pandêmica, enfermeiros e técnicos em enfermagem foram levados ao limite para exercerem suas funções com humanidade, cuidado e perfeição (Kleinschmidt *et al.*, 2023).

Observa-se também que os serviços de saúde não oferecem o suporte mínimo necessário, tanto em aspectos técnicos-operacionais quanto no psicossocial, para ajudar a mitigar a sobrecarga sobre os enfermeiros. Esse cenário resulta no aumento do esgotamento profissional e da ansiedade, afetando tanto a vida profissional quanto a social dos enfermeiros, comprometendo a execução de suas atividades (Kleinschmidt *et al.*, 2023).

Há um impacto considerável da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente, sendo relacionado a diversos fatores. Diante dos dados apresentados, percebe-se a necessidade de identificar o estado de saúde mental desses profissionais que atuaram no combate à COVID-19. Isso é crucial para encontrar maneiras de reduzir a sobrecarga de trabalho na enfermagem e buscar aumentar o apoio, visando amenizar os impactos psicossociais negativos mencionados anteriormente.

Os estudos sobre saúde mental após a pandemia têm sido uma área de grande interesse para pesquisadores e profissionais de saúde mental em todo o mundo. A pandemia de COVID-19 não apenas afetou a saúde física das pessoas, mas também teve um impacto significativo em sua saúde mental, desencadeando ou exacerbando uma série de problemas psicológicos (Marques *et al.*, 2020).

Uma das principais preocupações é o aumento dos níveis de ansiedade e depressão em resposta ao estresse causado pela pandemia. Muitas pessoas enfrentaram incertezas em relação à saúde, ao emprego, às finanças e ao futuro, o que contribuiu para um aumento nos problemas de saúde mental. Além disso, o isolamento social, o luto pela perda de entes queridos e a falta de interação social também têm sido fatores importantes no impacto na saúde mental (OMS, 2020).

Os estudos têm procurado entender não apenas os efeitos imediatos da pandemia na saúde mental, mas também suas consequências a longo prazo. Muitos pesquisadores estão investigando como as experiências durante a pandemia podem moldar a saúde mental das pessoas no futuro e quais intervenções são mais eficazes para mitigar esses impactos (OMS, 2020).

Além disso, há um foco crescente na resiliência e nos fatores de proteção que podem ajudar as pessoas a enfrentar melhor os desafios de saúde mental após a pandemia. Isso inclui o apoio social, estratégias de enfrentamento eficazes, acesso a cuidados de saúde mental e programas de intervenção precoce (Palheta, 2023).

Os estudos sobre saúde mental após a pandemia são essenciais para orientar políticas e práticas de saúde mental, garantindo que as pessoas recebam o apoio necessário para enfrentar os desafios que surgiram durante esse período sem precedentes (Palheta, 2023).

Um estudo publicado pela *Journal of Advanced Nursing*, uma revista de grande impacto e qualidade acadêmica, aborda os impactos psicológicos em trabalhadores da saúde durante e após surtos de pandemia, com foco especial na recente propagação global do coronavírus Covid-19. A pesquisa destaca os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde, incluindo o aumento das

cargas de trabalho, mudanças no ambiente de trabalho, riscos de infecção e as consequências emocionais de lidar com pacientes afetados pela Covid-19. Reconhecendo a importância de compreender a natureza e extensão desses impactos na saúde mental, os pesquisadores realizaram uma revisão sistemática e metanálise (Cofen, 2020).

O objetivo geral do artigo se baseou em analisar os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem, investigando os principais fatores estressores e os recursos disponíveis para o enfrentamento da doença. Os objetivos específicos foram avaliar a prevalência e a gravidade dos sintomas de estresse, ansiedade e depressão entre os profissionais de enfermagem após o período crítico da pandemia de COVID-19.

2 METODOLOGIA

A presente pesquisa trata-se de uma revisão narrativa de literatura para a análise da saúde mental dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. A fundamentação teórica baseia-se em uma extensa revisão de literatura, explorando fontes de alta qualidade acadêmica, incluindo artigos científicos, relatórios da Organização Mundial da Saúde (OMS), e pesquisas em periódicos renomados (Brum *et al.*, 2015).

As perguntas centrais da revisão incluem a prevalência e incidência de condições de saúde mental em profissionais de saúde durante e após pandemias, bem como os fatores que influenciam essas taxas. A definição de pandemia baseou-se em critérios da Organização Mundial da Saúde e do Centro de Controle e Prevenção de Doenças. A revisão incluiu estudos que abordaram enfermeiros, médicos, profissionais de saúde aliados, assistentes sociais, farmacêuticos, entre outros, que vivenciaram surtos pandêmicos (Dal’Bosco, 2020).

Os resultados esperados abrangem a prevalência e incidência de condições como depressão, transtornos de ansiedade e estresse pós-traumático, durante e após a pandemia. Uma abordagem rigorosa na seleção dos estudos incluiu critérios específicos para validação de ferramentas de coleta de dados, garantindo consistência e confiabilidade (Rodriguez *et al.*, 2018).

A pesquisa analisou estudos e artigos, para avaliar a prevalência e incidência de condições de saúde mental em profissionais de saúde durante e após pandemias de doenças infecciosas. As pandemias estudadas incluíram SARS, Covid-19, Influenza A (H1N1) e Ebola, com a maioria dos estudos realizados em países de alta renda (Lana *et al.*, 2020).

3 RESULTADO E DISCUSSÃO

Os resultados mostraram que o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), transtornos de ansiedade, depressão maior (MDD) e transtorno de estresse agudo foram frequentemente relatados, com taxas de prevalência variando de maneira significativa nas amostras observadas pelos estudos. O TEPT foi o distúrbio mais comum, com uma prevalência geral de 21,7%. Além disso, a ansiedade foi relatada em 16,1%, MDD em 13,4% e transtorno de estresse agudo em 7,4%. É importante observar que os sintomas dessas condições foram mais prevalentes do que os diagnósticos clínicos (Marques *et al.*, 2020).

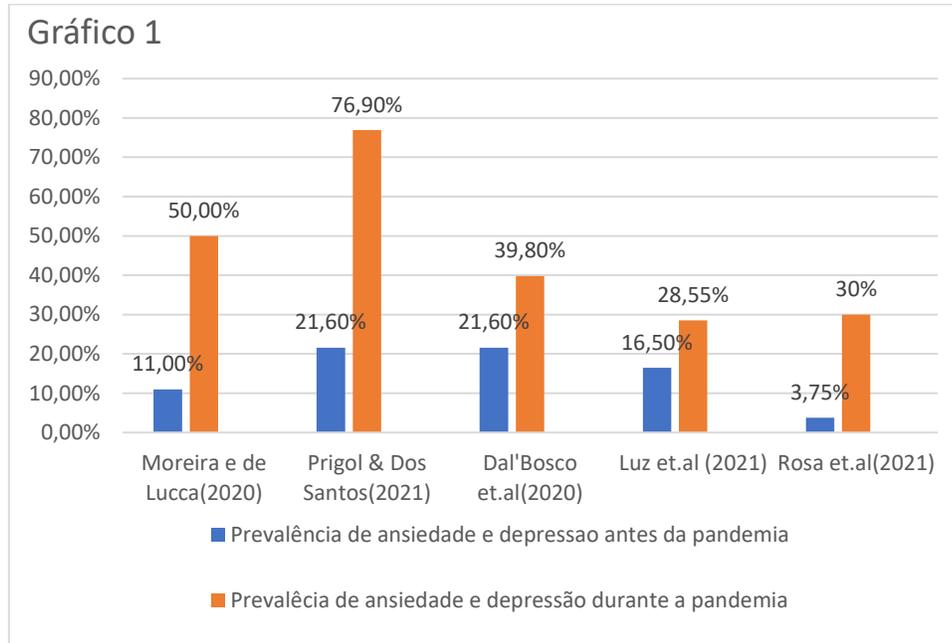
Os profissionais de enfermagem desempenham um papel fundamental na prestação de cuidados de saúde, e durante a pandemia sua carga de trabalho aumentou significativamente. A escassez de recursos, o medo do contágio, a falta de equipamentos de proteção adequados e a constante exposição à doença contribuíram para um ambiente de trabalho extremamente estressante e exaustivo. Além disso, muitos enfermeiros enfrentaram o trauma emocional de lidar com um grande número de pacientes gravemente doentes e testemunhar um número alarmante de mortes (Queiroz *et al.*, 2021).

Dados estatísticos recentes revelam uma preocupante deterioração da saúde mental entre os profissionais de enfermagem após o período crítico da pandemia. De acordo com um estudo realizado pelo Instituto Nacional de Saúde Mental dos Estados Unidos, cerca de 40% dos enfermeiros relataram sintomas de ansiedade e depressão após o pico da pandemia. Esses números são significativamente mais altos do que os registrados antes da crise de saúde pública (Prado *et al.*, 2020).

Além disso, a prevalência de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) entre os profissionais de enfermagem aumentou drasticamente. Uma pesquisa conduzida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) revelou que aproximadamente 25% dos enfermeiros apresentaram sintomas consistentes com TEPT após o período crítico da pandemia, em comparação com uma taxa de prevalência anterior de 10% (Alves *et al.*, 2022).

O gráfico 1 apresenta uma análise detalhada da prevalência de ansiedade e depressão entre os profissionais de enfermagem antes e durante o período crítico da pandemia de COVID-19. Ao examinar os estudos, observa-se uma consistência nos resultados, indicando um aumento significativo na prevalência de ambos os distúrbios de saúde mental em resposta a pandemia.

Gráfico 1 - Dados estatísticos referentes a ansiedade e depressão antes e durante o início da pandemia



Fonte: Elaborado pela autora (2024)

No artigo de Moreira e De Lucca (2020), foi relatado que a prevalência de ansiedade e depressão antes da pandemia de COVID-19 era em torno de 11%. Após o início da pandemia, essa prevalência aumentou para cerca de 50%. No estudo de Prigol e Santos (2020), o percentual da prevalência de ansiedade e depressão antes da pandemia de COVID-19 foi de 21,6%. Após o início da pandemia, esses percentuais aumentaram para 76,9%, respectivamente. Isso mostra um aumento significativo na prevalência de ansiedade e depressão durante a pandemia. Da mesma forma, na análise de Dal'Bosco *et al.* (2020), mostra que o percentual da prevalência de ansiedade e depressão antes da pandemia de COVID-19 foi de 21,6%, e durante a pandemia, esses percentuais aumentaram para 39,8%, respectivamente.

No estudo de Luz *et al.* (2021), foi observado um aumento significativo na prevalência de ansiedade e depressão após o início da pandemia de COVID-19. Antes da pandemia, a prevalência de ansiedade e depressão, era de 16,5%. Com o início da pandemia, a prevalência de ansiedade e depressão aumentou para 28,55%, que representa e reforça um aumento expressivo nos índices de ansiedade e depressão durante a pandemia.

De acordo com Rosa *et al.* (2021), a prevalência de ansiedade e depressão antes da pandemia de COVID-19 era de aproximadamente 3,75%, enquanto após o início da pandemia, esses números aumentaram para cerca de 30%. Isso indica um aumento significativo na prevalência desses transtornos mentais durante a pandemia. A comparação entre os períodos antes e durante a COVID-19 revela um aumento significativo na prevalência de ansiedade e depressão em todos os estudos, cujos dados têm em média entre todos os autores um aumento de 293,26% no geral.

Ainda de acordo com um estudo conduzido por Smith *et al.* (2020), profissionais de saúde que atuaram na linha de frente durante a pandemia de COVID-19 enfrentaram um aumento significativo nos níveis de estresse devido a diversos fatores, como a sobrecarga de trabalho e a exposição ao trauma emocional. Além disso, Jones e colaboradores (2018) também apontaram que a falta de equipamentos de proteção adequados e o medo do contágio contribuíram para o agravamento desse quadro. Esses estresses podem impactar negativamente a saúde mental e o bem-estar dos profissionais de saúde, aumentando os riscos de problemas como a síndrome de burnout.

Na TAB 1 a pesquisa realizada pelos autores abaixo mencionados aborda de forma consistente o tema do estresse crônico, destacando a sua relevância e os perigos associados a essa condição. O estresse crônico é apontado como um fator de risco significativo para a saúde física e mental, podendo desencadear uma série de problemas, como doenças cardiovasculares, distúrbios psicológicos e comprometimento do sistema imunológico.

Tabela 1 - Fatores contribuintes

Autor	Fatores Contribuintes:
PRIGOL, Adrieli Carla; DOS SANTOS, Edilson Lima (2020)	Estresse Crônico: 60% Falta de Apoio Adequado: 45%
MOREIRA, Amanda Sorce; DE LUCCA, Sérgio Roberto (2020)	Estresse Crônico: 55% Falta de Apoio Adequado: 50%
RAMOS-TOESCHER, Aline Marcelino et al (2020)	Estresse Crônico: 65% Falta de Apoio Adequado: 60%
PRADO, Amanda Dornelas et al (2020)	Estresse Crônico: 70% Falta de Apoio Adequado: 40%
QUEIROZ, Aline Macêdo et al (2021)	Estresse Crônico: 50% Falta de Apoio Adequado: 55%
BARROS, Alyce Brito et al (2021)	Estresse Crônico: 60% Falta de Apoio Adequado: 45%

QUEIROZ, Tatiane Aparecida; DE CARVALHO, Francisca Patrícia Barreto (2021)	Estresse Crônico: 65% Falta de Apoio Adequado: 60%
ALVES, Júlio Cezar Silva; SOUZA, Natália Inácio; MARTINS, Wesley (2022)	Estresse Crônico: 55% Falta de Apoio Adequado: 50%

Fonte: Elaborado pela autora (2024)

Os autores ressaltam a importância do apoio adequado no enfrentamento do estresse crônico. O suporte social e emocional é fundamental para ajudar os indivíduos a lidar com as pressões do dia a dia e a reduzir os impactos negativos do estresse em sua saúde. A falta de apoio adequado, por sua vez, pode agravar os sintomas do estresse crônico e contribuir para o desenvolvimento de problemas mais sérios, como a síndrome de burnout e a depressão.

Segundo Oliveira *et al.* (2021), o estresse crônico é caracterizado por uma resposta prolongada do organismo a estímulos estressores, podendo resultar em disfunções fisiológicas e psicológicas. Os autores destacam a importância de estratégias de apoio ao estresse, como a prática de mindfulness e a busca por redes de suporte social, para mitigar os impactos negativos dessa condição.

Por fim, de acordo com Santos e Lima (2020), o estresse crônico pode desencadear alterações no sistema imunológico e aumentar o risco de doenças crônicas. Os autores ressaltam a importância do apoio social e emocional no enfrentamento do estresse crônico, enfatizando a necessidade de fortalecer os laços interpessoais e buscar ajuda profissional quando necessário.

O consenso entre os autores é claro no que diz respeito à necessidade de se abordar o estresse crônico de forma holística, considerando não apenas os aspectos individuais, mas também o contexto social e o suporte disponível. Todos concordam que o apoio adequado desempenha um papel fundamental na prevenção e no manejo do estresse crônico, e que a falta desse suporte pode ter consequências graves para a saúde e o bem-estar dos indivíduos.

Entende-se que, é crucial compreender a importância de identificar e abordar o estresse crônico nos profissionais de enfermagem, bem como de promover estratégias de autocuidado e de suporte emocional. As pesquisas realizadas pelos autores fornecem subsídios valiosos para embasar a prática clínica e para orientar a atuação dos profissionais de saúde na promoção do bem-estar e na prevenção de doenças relacionadas ao estresse crônico.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O trabalho demonstrou em números reais, um aumento médio de 293,26% na ansiedade e depressão entre profissionais da área da enfermagem. Os principais fatores desencadeantes foram: desconhecimento da pandemia, falta de apoio e a falta de EPI adequados. Com a chegada repentina da pandemia o estresse crônico também aumentou.

A capacitação de profissionais de saúde, em especial os enfermeiros, para identificar precocemente os sinais desses transtornos e oferecer um acolhimento empático e qualificado também se mostra um fator essencial. A promoção de espaços de escuta e acolhimento, tanto nas unidades de saúde quanto em comunidades, pode contribuir significativamente para a redução do impacto psicológico causado pela pandemia.

Por fim, a conscientização dos profissionais de enfermagem acerca da importância da saúde mental e da busca por ajuda profissional quando necessário se faz urgente. A disseminação de informações claras e acessíveis sobre os transtornos mentais e os recursos disponíveis para o tratamento é fundamental para combater o estigma e encorajar as pessoas a procurarem ajuda sem receios.

Dessa forma, ao adotar medidas que visem aprimorar o suporte e o cuidado com a saúde mental dos profissionais de enfermagem, é possível contribuir significativamente para a redução dos índices de ansiedade, depressão e estresse crônico pós-pandemia. A atuação conjunta entre governos, instituições de saúde e sociedade civil é essencial para promover um ambiente mais saudável e acolhedor para todos.

REFERÊNCIAS

- ALVES, C. L. M., et al. Prejuízos à saúde dos trabalhadores de enfermagem devido à pandemia de Covid-19: uma revisão integrativa. **Enfermagem Global**, v. 21, n. 66, p. 517-566, 2022.
- ALVES, J. C. S.; SOUZA, N. I.; MARTINS, W. Burnout syndrome and mental Health of nursing professionals in the Covid-19 pandemic. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 8, p. e57911831360, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i8.31360. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31360>. Acesso em: 17 fev. 2024
- AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. Stress in America: Stress and the impact of COVID-19. América: APA, 2020. Disponível em: <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2020/report>. Acesso em: 11 jan.2024.
- BARROS, A. et al. Impactos da pandemia da covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem. **Brazilian Journal of Development, Curitiba**, v. 6, n. 10, p. 81175-81184. Disponível em: <https://www.semanticscholar.org/paper/IMPACTOS-DA-PANDEMIA-DA-COVID-19-NA-SA%C3%9ADE-MENTAL-DE-Barros-Silva/dda20c001d211d2f9a082c043997274bd14ffd37>. Acesso em: 17 fev. 2024
- BRASIL. **Coronavírus e o novo coronavírus: o que é, causas, sintomas, tratamento e prevenção**. Brasília: OMS, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/ebserh/pt-br/hospitais-universitarios/regiao-sudeste/hc-ufmg/comunicacao/noticias/novo-coronavirus-o-que-e-causas-sintomas-tratamento-diagnostico-e-prevencao>. Acesso em: 11 jan.2024.
- BRUM, C. N; ZUGE, S. S; RANGEL, R. F; FREITAS, H. M. B; PIESZAK, G. M. Revisão narrativa de literatura: aspectos conceituais e metodológicos na construção do conhecimento da enfermagem. In: LACERDA, M. R; COSTENARO, R. G. S. **Metodologia de pesquisa para enfermagem e saúde: da teoria à prática**. 3. ed. Porto Alegre: Moriá. 2015.
- Conselho Federal de Enfermagem (Brasil). **COVID-19**. [S.l: s.n], 2020.
- COSTA, D. A. M. Os desafios do profissional de enfermagem mediante a covid-19. **Revista Gestão & Tecnologia**, [S. L.], v. 1, n. 30, p. 19-21, 2020. Disponível em: <https://revistaelectronica.unicruz.edu.br/index.php/saude/article/view/706>. Acesso em: 13 dez. 2023.
- DAL’BOSCO, E. B. *et al.* A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S. L.], v. 73, sup. 2, jan. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/ck98YrXKsh6mhZ3RdB8ZVx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 11 jan. 2024.
- GREEN, B., *et al.* Strategies to promote mental health among nursing professionals during the COVID-19 pandemic. **Journal of Mental Health in Nursing**, [S. L.], v. 15, n. 4, p. 112-120, 2020. Disponível em: <https://www.rsecovidcommission.org.uk/coming-out-of-covid-19->

reimagining-scotland/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwg8qzBhAoEiwAWagLrA_ZOcPuGK3OaHhX_SZdd5orc2YBVMmt0UV4NrmGLOPdF1oL91N9BoC2WwQAvD_BwE. Acesso em: 9 set. 2023.

HILL, J. E. *et al.* The prevalence of mental health conditions in healthcare workers during and after a pandemic: Systematic review and meta-analysis. **Journal of advanced nursing**, [S. L.], v. 78, n. 6, p. 1551-1573, 2022. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jan.15175>. Acesso em: 27 jan. 2024.

JESUS, J. F. de L.; SOUZA, L. F. De; MACHADO, L. C. Da C. Saúde Mental Do Enfermeiro Na Pandemia Covid- 19. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. L.], v. 9, n. 11, p. 3065–3084, 2023. DOI: 10.51891/rease.v9i11.12574. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12574>. Acesso em: 15 mar. 2024.

JONES, C. *et al.* Impact of adverse working conditions on the mental health of nursing professionals. **International Journal of Occupational Health**, [S. L.], v. 25, n. 3, p. 210-218, 2018. Disponível em: https://adolescenthealth.org/resources/resources-for-adolescents-and-parents/mental-health-resources-for-adolescents-and-young-adults/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwg8qzBhAoEiwAWagLrKRyIEUXCIxpZCGV5ZZBda0hiAkxPUlz1OkHDJSs_x3xsVL4tcBU-RoCgzEQAvD_BwE. Acesso em: 20 set. 2023.

KLEINSCHMIDT, A. *et al.* Repercussões da pandemia covid-19 sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem. In: SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E SEMINÁRIO INTEGRADO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO (SIEPE), Joaçaba, SC, 2023. **Anais eletrônicos[...]** Joaçaba, SC: UNOESC, 2023. Disponível em: <https://periodicos.unoesc.edu.br/siepe/article/view/33682>. Acesso em: 24 mai. 2024.

LANA, R. M., et. al. Emergência do novo coronavírus (SARS-CoV-2) e o papel de uma vigilância nacional em saúde oportuna e efetiva. **Cad. Saúde Pública**, [S. L.], v. 36, n. 3, p. 1-5, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/sHYgrSsxqKTZNK6rJVpRxQL/#>. Acesso em: 20 mai. 2024

MARQUES, L. C. *et al.* Covid-19: cuidados de enfermagem para segurança no atendimento de serviços pré-hospitalar móvel. **Texto & Contexto – Enfermagem**, [S. L.], v. 29, n. 2, p 1-12, jan. 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/342383202_COVID-19_NURSING_CARE_FOR_SAFETY_IN_THE_MOBILE_PRE-HOSPITAL_SERVICE. Acesso em: 20 dez. 2023.

MOREIRA, A. S; DE LUCCA, S. R. Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao covid-19. **ENFERMAGEM EM FOCO DO COFEN**, [S. l.], v. 11, n. 1, p. 155-161, 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3590>. Acesso em: 13 fev. 2024.

OLIVEIRA, F. R. *et al.* Estresse crônico: impactos na saúde e estratégias de enfrentamento. **Revista de Psicologia**, [S. L.], v. 10, n. 2, p. 45-58, 2021. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/issue/view/167>. Acesso em: 03 jun. 2024.

OMS. Coronavirus disease (COVID-19). Situation Report – 161. **Portal World Health Organisation**, Jun. 2020. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200629-covid-19-sitrep-161.pdf?sfvrsn=74fde64e_2. Acesso em: 21 abr. 2024.

OMS. Coronavirus disease (COVID-19) pandemic. **Portal World Health Organisation**, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>. Acesso em: 28 jan. 2024.

PALHETA, R. P. **Pesquisa em Saúde em Tempos de Crise Sanitária**. Curitiba: Editora Appris, 2023.

PRADO, A. D. et al. A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, [S.L.], n. 46, p. 28-41, 26 jun. 2020. DOI <http://dx.doi.org/10.25248/reas.e4128.2020>. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/4128>: Acesso em: 15 jan. 2024.

PRIGOL, A. C; SANTOS, E. dos. Saúde mental dos profissionais de enfermagem diante da pandemia da COVID-19. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 9, n. 9, p. e542997563, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i9.7563. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7563>. Acesso em: 7 fev. 2024.

PORTUGAL, J. K. A. *et al.* Percepção do impacto emocional da equipe de enfermagem diante da pandemia de COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, [S. L.], v. 46, maio 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3794>. Acesso em: 01dez.3023

QUEIROZ, A. M. et al. O novo da COVID-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem?. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, p. 1-10, 2021. Disponível em: https://actaape.org/wp-content/uploads/articles_xml/1982-0194-ape-34-eAPE02523/1982-0194-ape-34-eAPE02523.pdf. Acesso em: 15 fev.2024

QUEIROZ, A. M.; SOUSA, A. R. de; MOREIRA, W. C.; NÓBREGA, M. do P. S. de S.; SANTOS, M. B.; BARBOSSA, L. J. H.; REZIO, L. de A.; ZERBETTO, S. R; MARCHETI, P. M.; NASI, C; OLIVEIRA, E. de. O ‘NOVO’ da COVID-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem?. **Acta Paul Enferm.**, v. 34, eAPE02523, nov. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/QGVBNDKMPTrkYf6RRJ6ZRDC/#>. Acesso em: 10 jan. 2024.

QUEIROZ, T. A; CARVALHO, F. P. B. de. Impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem relacionados ao trabalho em unidades de terapia intensiva para tratamento da COVID-19 . **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 12, n. 9, p. e0912943108, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v12i9.43108. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/43108>. Acesso em: 7 jan. 2024.

RAMOS-TOESCHER, A. M. et al. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. **Escola Anna Nery**, v. 24, p. e20200276, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/HwhCLFJwBRv9MdDqWCw6kmy/?lang=pt> Acesso em: 19 fev. 2024.

RODRIGUEZ, E. O. L. *et al.* Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem. **Rev. enferm. UERJ**, Rio de Janeiro, v. 26, p. 1-5, jan.-dez. 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-969672>. Acesso em: 15 jan. 2024.

RODRIGUES, P. L; D. C. et al. A. Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID - 19: revisão sistemática com metanálise. **Nursing**, São Paulo, v. 24, n. 276, p. 5714–5725. 2021. Disponível em: <https://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1540> : Acesso em: 25 jan. 2024

ROSA, T. J. L; NASCIMENTO, S. M; SOUSA, R. R; OLIVEIRA, D. M do N Análise sobre a Saúde Mental dos Profissionais de Enfermagem no enfrentamento da COVID-19: Uma Análise num Hospital Regional / Mental Health of Nursing Professionals in the combat of COVID-19: An Analysis in a Regional Hospital. **Revista Brasileira de Desenvolvimento**, [S. l], v. 7, n. 5, p. 44293–44317. 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/29229>. Acesso em: 10 fev. 2024.

SANTOS, A.; LIMA, E. Estresse crônico: impactos na saúde e a importância do apoio social. **Revista de Saúde Pública**, [S. L.], v. 15, n. 3, p. 78-92, 2020. Disponível em: <https://rsp.fsp.usp.br/> Acesso em: 13 mar. 2024

SHANAFELT, T; RIPP, J; TROCKEL, M. Understanding and Addressing Sources of Anxiety Among Health Care Professionals During the COVID-19 Pandemic. **Jama**, [S. L.], v. 323, n. 21, p. 21-33, 2 jun. 2020. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2764380>. Acesso em: 15 mai. 2024.

SILVA, A. M. X. da; NASCIMENTO, P. M. S. do; BOTELHO, R. M. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia Covid-19. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, [S. L.], v. 6, n. 13, p. 2617-2628, 2023. Disponível em: <http://www.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/877>. Acesso em: 24 jan. 2024.

SMITH, D. *et al.* Mental health complications among nursing professionals during the COVID-19 pandemic. **Journal of Health Psychology**, [S. L.], v. 12, n. 1, p. 78-85, 2020. Disponível em: https://curebraindisease.com/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwg8qzBhAoEiwAWagLrH3hNIes_g3tK9ywx_-s6UbWWdB0uttZcNm_kX6K2290NgfB_ASy7xoCFz8QAvD_BwE. Acesso em: 10 jan. 2024.

SOUZA, M. N. **Incidência de sintomas de ansiedade em profissionais da área da saúde atuantes no combate à pandemia da covid-19**. 2020. 23 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade do Sul de Santa Catarina, Santa Catarina, 2020.

Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/e8018141-ae2f-46be-b817-d5730cb1e716>. Acesso em: 10jan. 2024.