

Saúde Mental de Profissionais de Saúde no Contexto da Pandemia COVID-19: Revisão Integrativa da Literatura

Caroline Boaventura Czelusniak

Robson Zazula

Resumo

A pandemia de COVID-19 representa uma emergência de saúde física e mental. Além dos estressores vivenciados neste momento, os profissionais de saúde precisam atuar neste contexto, estando expostos a condições de trabalho novas e inesperadas no cuidado aos pacientes. Diante desta complexidade, o presente estudo objetivou realizar uma revisão integrativa da produção científica nacional sobre a saúde mental dos profissionais de saúde na pandemia COVID-19. Foi realizada uma busca por artigos publicados entre março de 2020 a março de 2021, nas bases de dados Scielo, Pubmed, PsycInfo (APA) e Lilacs. Foram selecionados seis artigos para o estudo. Os resultados evidenciaram que a proximidade do trabalho e prestação de cuidado geram exposição ao risco de contaminação e sentimentos como medo e culpa, principalmente devido aos dilemas éticos vivenciados e o constante envolvimento nos processos de viver e morrer. As dificuldades encontradas estavam relacionadas aos longos plantões, falta de equipamento de proteção individual e sobrecarga dos cuidados oferecidos aos pacientes. Os resultados apontaram a existência de desgaste psicológico, ansiedade, medo e desesperança que afetam e são afetados pelos processos de trabalho dos profissionais na pandemia. Como prevenção e promoção de saúde mental citam-se disponibilização de informações confiáveis, mapeamento de profissionais emocionalmente fragilizados, recomendações de autocuidado e organização de suporte psicológico, com ações de saúde que possibilitem acolhimento e atendimento aos sinais e sintomas. Conclui-se que a prevenção e a promoção de saúde devem perpassar, principalmente pelos processos de trabalho, levando em consideração todos os fatores envolvidos e suas repercussões para a saúde mental dos profissionais.

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

A pandemia teve início em dezembro de 2019, com os primeiros casos de contaminação do vírus coronavírus 2 (SARS-Cov-2) sendo identificados na cidade de Wuhan, China. Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou estado de pandemia, devido ao surto mundial da doença (Buss et al., 2020). Dois anos após a declaração do estado de pandemia pela OMS, o número de oficial de contaminados se aproximava de 500 milhões (World Health Organization, 2022)

A principal preocupação logo no início da pandemia foi com o aumento rápido no número de casos, a elevada taxa de mortalidade decorrente de infecção pelo vírus, as incertezas sobre o controle e a gravidade da doença, bem como a duração que a situação teria, sendo difícil desassociar as consequências de saúde física às de saúde mental. Desde seu início, a pandemia tem representado a maior emergência de saúde pública internacional enfrentada em décadas, trazendo preocupações tanto com a saúde física quanto com o sofrimento psicológico da população geral e, especialmente, dos profissionais de saúde envolvidos (Schmidt et al., 2020).

Uma das principais estratégias utilizadas no controle da contaminação e disseminação do vírus na população foram as medidas de afastamento e distanciamento social. Tal medida, entretanto, não se aplicaram aos profissionais de saúde que passaram a atuar diretamente no cuidado dos pacientes, estando constantemente expostos à riscos devido à exposição direta ou indireta à pacientes com suspeita ou confirmação de contaminação por COVID-19 (Teixeira et al., 2020). O aumento na procura dos serviços de saúde por pessoas com complicações relacionadas à doença demandou que os profissionais de saúde trabalhassem em regimes de plantão, ficando expostos ao vírus no ambiente de trabalho por períodos prolongados (Paula et al., 2020). Além disso, os profissionais de saúde da linha de frente precisaram se adaptar constantemente ao elevado número de casos e às mudanças nos protocolos de atendimentos em

saúde, relacionados ou não à COVID-19, demandando atenção redobrada, bem como maior esforço físico e mental (Oliveira et al., 2021).

De acordo com Faro et al. (2020), em momentos de crise social, como tem sido a pandemia COVID-19, se intensifica a preocupação com a saúde mental da população, demandando esforços emergenciais com o objetivo de propor estratégias para lidar com os diferentes fatores envolvidos no contexto de crise. Os profissionais de saúde foram apontados como motivo de preocupação devido a contaminação e ao aumento dos casos entre os trabalhadores, bem como devido aos fatores psicológicos envolvidos no trabalho (Prado et al., 2020). Segundo Filho et al. (2020), o ambiente de trabalho foi considerado no início da pandemia como importante fonte de exposição de profissionais ao vírus. Portanto, conhecer as atividades profissionais e as condições de trabalho tem sido fundamental para o estabelecimento de estratégias de enfrentamento durante a pandemia.

Além dos riscos decorrentes do vírus, os profissionais de saúde estiveram envolvidos em processos de trabalho demarcados por condições de medo, pressão e estresse, os quais afetaram a atenção e as tomadas de decisões daqueles que estavam em contato direto com pacientes em situações graves (Teixeira et al., 2020). O documento de recomendações para gestores, publicado pelo Ministério da Saúde sobre a Saúde mental e Atenção Psicossocial na pandemia COVID-19, reforça a importância da atenção voltada à saúde mental dos profissionais de saúde no contexto de pandemia. Este documento também traz informações sobre o aumento de sintomas relatados por profissionais de saúde, como ansiedade, depressão, problemas de sono e aumento de uso de drogas.

Diante do exposto, o presente artigo objetivou realizar uma revisão integrativa da produção científica brasileira sobre a saúde mental dos profissionais de saúde durante o primeiro

ano da pandemia COVID-19, período no qual estratégias farmacológicas para lidar diretamente com o vírus não estavam disponíveis e o processo de vacinação no país estava em seu estágio inicial. A relevância social desta pesquisa se assenta na possibilidade de compreender os fatores relacionados às condições de trabalho dos profissionais de saúde durante este período da pandemia e as possíveis repercussões para a saúde mental destes. Esta pesquisa se propõe ainda a contribuir também com a produção científica sobre o tema, ao fomentar reflexões que possibilitem o aperfeiçoamento de estratégias de intervenção sobre a saúde mental dos profissionais de saúde no contexto da pandemia COVID-19, bem como formas de prevenção e promoção de saúde mental, dada a complexidade do cenário de atuação profissional durante este período.

Método

Realizou-se uma revisão integrativa de artigos empíricos e teóricos, publicados entre março de 2020 e março de 2021, durante o primeiro ano da pandemia. A revisão integrativa é uma técnica de revisão que consiste na síntese do conhecimento existente sobre uma determinada temática, com objetivo de compreender o fenômeno em sua totalidade a partir da incorporação dos resultados significativos dos estudos. No que diz respeito às pesquisas no campo da saúde, a revisão integrativa tem sido apontada como uma ferramenta que possibilita sintetizar as pesquisas disponíveis, objetivando direcionar uma prática embasada em evidências e conhecimento científico (Souza et al., 2010).

As seguintes bases de dados foram acessadas por meio do Portal de Periódico da CAPES: Scielo, Pubmed, PsycInfo (APA) e Lilacs. Os descritores e palavras-chave utilizados para a busca dos artigos foram definidos por meio dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), da Biblioteca Virtual em Saúde, e organizados na seguinte estratégia de busca: (“*Mental Health*”)

AND (“*Health professionals*”) AND (*Pandemics*) e (“*saúde mental*”) AND (“*profissionais de saúde*”) AND (*pandemia*).

No que se refere à seleção dos artigos, foram estabelecidos como critérios de inclusão: a) artigos empíricos e teóricos publicados entre março de 2020 e março de 2021; b) pesquisas realizadas no contexto brasileiro, pois buscou-se compreender a saúde mental de profissionais de saúde brasileiros durante o primeiro ano da pandemia de COVID-19; c) pesquisas com foco na saúde mental de profissionais de saúde no contexto da pandemia COVID-19 e d) artigos na íntegra que respondessem à pergunta de pesquisa.

A busca inicial nas bases de dados resultou em 1062 artigos. Após a aplicação de filtros de intervalo de tempo e localização geográfica, 989 artigos foram excluídos e 73 artigos foram selecionados. Após essa primeira seleção, seguiu-se para a leitura do título e resumo de cada estudo. Nesta etapa, 47 artigos foram excluídos, sob a justificativa de não atenderem aos critérios de inclusão e 26 artigos foram selecionados para o banco de dados. Os artigos que não fizeram parte desta pesquisa foram excluídos por não terem como objetivo fornecer dados da saúde mental dos profissionais de saúde na pandemia COVID-19. Dentre estes, foram encontrados estudos com foco na construção de programas de saúde mental, relatos de experiências de serviços de saúde mental e estudos que tiveram como público a população geral, não demarcando a saúde mental dos profissionais de saúde.

Os artigos selecionados foram exportados para o *Software* organizador de referências *Zotero* para leitura do texto completo. Dos 26 artigos lidos na íntegra, 20 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão previamente descritos. Dessa maneira, o *corpus* de análise deste estudo foi constituído por seis publicações que atendiam aos critérios de inclusão estabelecidos. O processo de seleção dos artigos está representado no Tabela 1.

Posteriormente, os seis artigos selecionados foram exportados para o Software Atlas Ti 9.0 para organização e análise dos dados. Os resultados foram organizados em categorias temáticas e suas respectivas subcategorias, as quais serão apresentadas no item “Caracterização dos resultados dos artigos”, na seção de Resultados.

Tabela 1.

Processo de seleção dos artigos

Data das buscas	Base de dados	Artigos encontrados inicialmente	Após aplicação dos filtros	Após leitura de títulos e resumos	Após a leitura do texto completo
16/05/2021	Scielo	33	16	5	2
16/05/2021	PubMed	980	8	4	2
16/05/2021	PsycoInfo	34	34	9	0
16/05/2021	Lilacs	15	15	8	2
-	TOTAL	1062	73	26	6

Resultados e Discussão

A amostra final desta revisão foi constituída por seis artigos, que foram organizados em duas seções. A primeira representa as especificações de cada um dos artigos (Tabela 2); e a segunda apresenta a caracterização dos resultados dos artigos, com as categorias temáticas resultantes da análise dos dados (Tabela 3). A Tabela 2 apresenta as características gerais dos artigos selecionados para a revisão, a saber: código do artigo, autor, ano, título, objetivo principal, periódico e base de dados na qual estava indexado.

Tabela 2.

Artigos levantados nas bases de dados

Código	Autores (Ano)	Título	Objetivo	Base de dados	Periódico
A1	Horta et al. (2021)	O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral	Investigar os efeitos da atuação na linha de frente da COVID-19 na saúde mental de profissionais de hospital público.	Scielo	Jornal Brasileiro de Psiquiatria
A2	Dantas (2021)	Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por COVID-19	Discutir as nuances relacionadas à Saúde Mental dos profissionais de saúde do Brasil em tempos de pandemia por COVID-19.	Scielo	Interface (Botucatu)
A3	Dal’Bosco et al. (2020)	A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional	Identificar a prevalência e fatores associados à ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem que atuam no enfrentamento da COVID-19 em hospital universitário.	PubMed	Revista Brasileira de Enfermagem
A4	Souza et al. (2021)	Trabalho de enfermagem na pandemia da COVID-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores	Refletir sobre o contexto de trabalho dos profissionais de enfermagem na pandemia da COVID-19 e as repercussões para saúde mental desses profissionais.	Pubmed	Revista Gaúcha de Enfermagem
A5	Poersch, et al. (2020)	Time de Resposta Rápida em Saúde Mental (TRRSM): protocolo de atendimento psicossocial para trabalhadores da saúde no contexto de pandemia	Apresentar um protocolo de atenção psicossocial que visa promover cuidados em saúde mental a trabalhadores do HCPA durante a pandemia de COVID-19.	Lilacs	Clin Biomed Res
A6	Saidel et al. (2020)	Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus	Refletir sobre as intervenções/ações de cuidado em saúde mental voltados aos profissionais da saúde que prestam assistência ao paciente suspeito ou diagnosticado com COVID-19.	Lilacs	Revista de Enfermagem UERJ

Os estudos analisados foram publicados nos anos de 2020 e 2021, sendo dois na base de dados Scielo ($n = 2$), dois na base de dados Pubmed ($n = 2$) e dois na base de dados Lilacs ($n =$

2). Dentre os artigos encontrados, quatro foram teóricos e dois foram artigos empíricos. Em relação à localização geográfica dos artigos empíricos, uma pesquisa foi realizada no estado do Paraná, uma no Rio Grande do Sul, uma no Rio de Janeiro e uma no Rio Grande do Norte. No que diz respeito a grande área dos periódicos, percebeu-se que três dos artigos selecionados foram publicados em revistas de enfermagem.

Caracterização dos resultados dos artigos

Nesta seção serão apresentados os resultados dos artigos organizados em três categorias temáticas (Tabela 3), delineadas de acordo com o agrupamento dos temas apresentados nos artigos.

Tabela 3.

Resultados dos artigos organizados em categorias temáticas

Categorias temáticas	Eixos temáticos
Profissionais de saúde e pandemia COVID-19	- Sobre a pandemia
-	Atribuições do trabalho
-	Dificuldades no trabalho
Saúde mental dos profissionais de saúde frente ao trabalho na pandemia COVID-19	- Saúde mental dos profissionais
	- Sintomas dos profissionais
	- Processos de trabalho na pandemia COVID-19 e saúde mental
Possibilidades de cuidado e prevenção de saúde mental dos profissionais de saúde atuantes na pandemia COVID-19	- Prevenção e promoção da saúde mental
	- Formas de enfrentamento
	- Organização das ações em saúde

Profissionais de saúde e pandemia COVID-19

Esta categoria refere-se à atuação dos profissionais de saúde na pandemia COVID-19, as atribuições do trabalho e as dificuldades encontradas. Aborda também os efeitos causados pela pandemia e as possibilidades de proteção dos profissionais frente aos riscos. No Brasil, de acordo com o *Coronavirus Statistics Worldometer*, até março de 2021, 12.836.765 casos foram

confirmados, dos quais 321.886 casos foram à óbitos. Em estudo recente realizado pela Organização Mundial de Saúde (2021), estima-se que entre 80 mil e 180 mil profissionais de saúde faleceram em decorrência da COVID-19 em todo o mundo (com um valor médio de 115.500 mortes, considerando os intervalos de erro). No Brasil, os dados apontam para um número entre 8000 e 15500, com um valor médio de aproximadamente 13.500. Sendo assim, a pandemia tem representado uma emergência de saúde pública e um cenário desafiador de atuação para os trabalhadores de saúde. Filho et al. (2020) afirma que pensar sobre as atividades e condições de trabalho dos profissionais de saúde é imprescindível para o estabelecimento de estratégias para o enfrentamento da pandemia.

Os resultados mostraram que as profissões com maior registro de casos foram as de técnicos ou auxiliares de enfermagem (59.635), seguido por enfermeiros (25.718) e médicos (19.037; Dantas, 2021). Oliveira et al. (2021) corrobora com esta informação, apontando que o cotidiano dos profissionais de saúde os expõe a uma realidade de riscos de contaminação e situações adversas envolvendo a relação profissional-paciente. Melo et al. (2017), por sua vez, apontam que os profissionais da área da enfermagem são vulneráveis à contaminação pela doença, devido aos riscos constantes em que estão expostos em seu ambiente de trabalho.

Os profissionais de saúde que atuam neste contexto estão envolvidos na gestão da pandemia e no planejamento estratégico e epidemiológico, por meio de um trabalho contínuo e integrado na prevenção, promoção, proteção e tratamento dos agravos em saúde da população. Além disso, outras categorias profissionais também têm atuado na atenção à saúde, trabalhando na linha de frente na assistência à pacientes graves e nos cuidados intensivos e diretos. As atribuições demandam um trabalho centrado no cuidado ao ser humano, com ligação direta entre o profissional e o paciente. Para isso, os profissionais necessitam de conhecimentos e

habilidades, como competência técnica e científica, controle emocional sobre a prática, além da necessidade de atenção constante às técnicas da paramentação correta e procedimentos de desparamentação (Dal’Bosco et al., 2020; Dantas, 2021; Souza et al., 2021). Paula et al. (2020) descrevem em sua pesquisa que a retirada correta do equipamento de proteção individual (EPI) é um dos elementos fundamentais para evitar a contaminação dos profissionais que trabalham no combate ao COVID-19. Neste contexto, a falta de treinamento adequado, somado ao medo decorrente da doença, podem levar os profissionais a uma série de agravos do ponto de vista emocional, impactando sua saúde mental. Neste sentido, Oliveira et al. (2020) ressaltam a importância de investimento no conhecimento e no treinamento dos profissionais de saúde em relação aos procedimentos de paramentação, desparamentação e cuidados com pacientes infectados. Segundo Adibi et al. (2021) e Greene et al. (2020), a ausência de equipamentos de proteção individual pode estar associada à maiores níveis de ansiedade, impactando diretamente nos resultados relacionados à saúde mental.

Os resultados mostraram que as dificuldades e queixas encontradas foram especialmente em relação à exposição às situações de risco, uma vez que o trabalho predispõe um alto risco de contaminação da equipe de saúde e de transmissão da doença à terceiros e familiares, gerando sentimentos de medo e culpa. O medo da morte também apareceu como um fator marcante no que diz respeito às dificuldades enfrentadas pelos profissionais durante a pandemia COVID-19 (Dal’Bosco et al., 2020; Dantas, 2021; Horta et al., 2021; Saidel et al., 2020; Souza et al., 2021). Oliveira et al. (2021) apontam que o medo pelo desconhecimento em relação à doença foi prevalente na percepção dos profissionais entrevistados, incluindo preocupação com o contágio pessoal, transmissão aos pacientes, familiares, amigos e a preocupação constante devido as altas taxas de mortalidade. As pesquisas realizadas por Schmidt et al. (2020) e Teixeira et al. (2020)

corroboram essa informação, ressaltando o risco de contaminação, contágio, medo de adoecer e morrer como estressores que afetavam diretamente a saúde mental dos profissionais. Os dilemas éticos vivenciados por profissionais que atuam na linha de frente, como a responsabilidade com a vida das pessoas, a busca incansável pela qualidade no cuidado, a tomada de decisão sobre quais pacientes teriam direito a determinadas tecnologias assistivas e o constante envolvimento nos processos de viver e morrer que constituíam o cenário de trabalho foram outros fatores apontados como adversidade enfrentada pelos profissionais de saúde (Dal’Bosco et al., 2020; Dantas, 2021; Souza et al., 2021). Resultados semelhantes foram encontrados em um estudo conduzido no México, no que diz respeito aos fatores e os impactos na saúde mental dos profissionais (García-Reyna et al., 2020). Além disso, Huang et al. (2020) apontaram a proximidade com o sofrimento dos pacientes e seus familiares, bem como as perdas destes como fatores de sofrimento e adoecimento psíquico e mental dos profissionais de saúde. Pereira et al. (2020) afirmam que o manejo de casos graves que podem evoluir a óbito devido a contaminação por COVID-19 aumentava a probabilidade de pressões psicológicas que afetavam o estado mental dos profissionais da linha de frente.

No que diz respeito às condições de trabalho, as dificuldades envolveram os longos plantões sem intervalos, falta de equipamentos de proteção individual (EPI) e de suprimentos médicos, condições inadequadas de repouso e sobrecarga dos cuidados oferecidos ao paciente (Dantas, 2021; Horta et al., 2021; Saidel et al., 2020). Em consonância, Faro et al. (2020) ressaltam a exaustão dos profissionais da enfermagem com as longas horas trabalhadas devido ao estado de alerta dos sistemas de saúde. Um estudo realizado com profissionais de saúde no Paraguai durante o primeiro ano da pandemia identificou que profissionais que trabalhavam

durante longas horas tinham maior probabilidade de apresentar sintomas de ansiedade (Chávez et al., 2020).

Soma-se a isso os testes insuficientes, a falta de vacinas disponíveis ou de um tratamento eficaz (especialmente durante os primeiros meses da pandemia e ao longo do ano de 2020, quando ainda não havia vacinas aprovadas com ampla distribuição ou tratamentos eficazes disponíveis), insuficiência de recursos materiais, número insuficiente de equipes e inadequada capacitação e falta de treinamento de pessoal para atuar em situação de pandemia (Horta et al., 2021; Souza et al., 2021). Em relação às condições de trabalho, Teixeira et al. (2020) também afirmam a insuficiência e/ou negligência com as medidas de proteção e cuidado à saúde como alguns dos problemas enfrentados pelos profissionais de saúde. Além disso, relatam também o cansaço físico e o estresse psicológico como dificuldades envolvidas no trabalho na pandemia COVID-19.

Saúde mental dos profissionais de saúde frente ao trabalho na pandemia COVID-19

Essa categoria refere-se aos resultados sobre a saúde mental dos profissionais de saúde frente ao trabalho na pandemia COVID-19, sendo apresentados tópicos a respeito da saúde mental dos profissionais e dos sintomas apresentados, bem como a relação entre a saúde mental e os processos de trabalho durante a pandemia. Tendo em vista a complexidade da atuação neste cenário, os resultados evidenciaram a existência de diversas consequências psicossociais e efeitos da pandemia sobre a saúde mental dos profissionais. Portanto, o cenário de pandemia configura-se como um elevado potencial para o sofrimento psíquico e para o adoecimento mental dos trabalhadores (Dantas, 2021; Saidel et al., 2020; Souza et al., 2021). Em relação a isso, Teixeira et al. (2020) afirmam que a pandemia de COVID-19 não trouxe apenas o risco de morte por infecção respiratória, mas também riscos em saúde mental em função das mudanças

aceleradas nas condições de vida e trabalho, principalmente para quem atua prestando cuidados à população.

Os estudos evidenciaram que os efeitos da pandemia COVID-19 têm afetado diretamente a saúde mental dos profissionais devido às condições de processo de trabalho, grave risco de contaminação, carga de trabalho excessiva, isolamento e discriminação (Dantas, 2021; Horta et al., 2021; Poersch et al., 2020; Saidel et al., 2020; Souza et al., 2021). Isso é especialmente verdadeiro para profissionais de saúde mulheres. Em estudo realizado na Argentina, estas profissionais apresentam maior chance de sofrerem violência no ambiente de trabalho, na rua ou até mesmo em suas próprias casas devido às reações decorrentes do medo da doença (East et al., 2020). Com relação aos sintomas, os estudos apontaram desgaste psicológicos, estresse elevado, ansiedade, depressão, apreensão, aflição, medo, insegurança, desesperança, isolamento social, sentimento de impotência e fracasso, dificuldade de lidar com a perda de pacientes, síndrome do pânico, ideias de suicídio, incapacidade de relaxar, cansaço extremo, estresse pós-traumático, esgotamento emocional e físico e aumento do consumo de álcool e tabaco (Dal’Bosco et al., 2020; Dantas, 2021; Horta et al., 2021; Souza et al., 2021). Corroborando ao que foi exposto, Humerez et al. (2020) citam altos níveis de ansiedade, depressão e estresse associado ao risco de adoecer nos profissionais de saúde em contexto de pandemia, acarretando graves problemas de saúde mental. Oliveira et al. (2021), ao pesquisarem a percepção dos profissionais de saúde na pandemia por COVID-19, também identificaram, por meio das entrevistas, sintomas de medo, preocupação e ansiedade relacionados à rotina de trabalho e ao risco de contrair e transmitir o vírus. Uma pesquisa realizada com médicos de Wuhan também apontou situações de frustração, discriminação e isolamento no cotidiano de trabalho na pandemia (Kang et al., 2020).

Um estudo realizado com uma equipe de enfermeiros que atuaram no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário identificou prevalência de 48,9% de sintomas de ansiedade e 25% de sintomas de depressão em profissionais de enfermagem. No que diz respeito ao perfil sociodemográfico dos participantes desta pesquisa com presença de ansiedade, observou-se que 90,7% dos profissionais eram mulheres entre 31 e 40 anos. A prevalência da taxa de ansiedade entre os profissionais de enfermagem neste estudo foi superior às taxas encontradas em outros doze estudos que foram incluídos em uma revisão sistemática, com estudos realizados com profissionais de saúde em Wuhan e Cingapura (Dal’Bosco et al., 2020). Prado et al. (2020) em sua pesquisa confirmaram que enfermeiras mulheres apresentaram graus mais graves de todas as medidas de sintomas de saúde mental.

Tais sintomas afetam e são afetados pelos processos de trabalho dos profissionais de saúde na pandemia, com a sobrecarga nos turnos de plantão, fragilidade na descrição dos protocolos e fluxos para o controle efetivo de infecções, pouca ou nenhuma valorização social e profissional, queda dos salários, isolamento e discriminação decorrente da profissão (Saidel et al., 2020; Souza et al., 2021). Esses fatores têm causado prejuízos na assistência, na qualidade do cuidado e segurança do paciente, além de afastamento do trabalho e adoecimentos graves, chegando até a casos de ideação suicida (Dal’Bosco et al., 2020; Dantas, 2021). A pesquisa realizada por Oliveira et al. (2021) encontrou dados semelhantes, descrevendo a sobrecarga da rotina de trabalho, o cansaço, a falta de materiais de EPIs e a necessidade de seguir protocolos de biossegurança como fatores do processo de trabalho que causam estresse, ansiedade e insegurança no atendimento aos pacientes. Por fim, é importante destacar que revisão recente, realizada em estudos realizados com profissionais de saúde da América Latina, identificaram resultados semelhantes quanto aos impactos da pandemia na saúde mental destes profissionais.

Tais aspectos demonstram o impacto da pandemia na saúde de profissionais de saúde de todo o mundo, e não apenas do Brasil.

Possibilidades de cuidado e prevenção da saúde mental dos profissionais de saúde atuantes na pandemia COVID-19

Nesta categoria são apresentadas questões referentes às possibilidades de cuidado e prevenção da saúde mental dos profissionais de saúde atuantes na pandemia COVID-19, por meio da abordagem das formas de enfrentamento e as organizações das ações em saúde. A OMS reconheceu as implicações da pandemia na saúde mental das pessoas, principalmente dos profissionais de saúde, e ressaltou a necessidade de aumentar os investimentos em serviços de saúde mental durante o período pandêmico (Souza et al., 2021). Schmidt et al. (2020), em sua pesquisa sobre saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia de COVID-19, ressaltaram a importância de ações direcionadas ao cuidado da saúde mental dos profissionais de saúde e de organização de práticas resolutivas de prevenção em saúde mental.

Dentre as formas de prevenção e promoção de saúde citadas nos estudos incluídos na presente revisão, destacam-se a disponibilização de informações, como materiais online sobre redução de ansiedade, medo e desespero em momentos de crise (Dantas, 2021), a divulgação de dados com fontes indicadas oficialmente, que facilitem a comunicação das informações para os profissionais de saúde, como estratégia para reduzir aspectos de insegurança, prevenção de sintomas psíquicos como medo e ansiedade, além de minimizar e esclarecer notícias falsas do cotidiano para auxiliar na disseminação de boas práticas (Saidel et al., 2020). Corroborando com esses dados, Oliveira et al. (2021) afirmaram que a utilização de protocolos escritos como fontes confiáveis de informações e instruções claras de atendimento aos pacientes poderia ser uma das estratégias que empregadas na prática profissional. Na pesquisa destes mesmos autores, 70% dos

profissionais entrevistados consideraram a presença destes protocolos como importantes estratégias no trabalho, juntamente com a necessidade de treinamentos para capacitar os profissionais para o trabalho em momentos de crise. Em consonância, Haraki (2021) expõe que a desinformação ligada à ciência foi um dos grandes desafios no enfrentamento da pandemia, sendo necessário o investimento com o objetivo final de informar sobre a saúde pública da população.

Os resultados também apresentaram a possibilidade de mapeamento de profissionais fragilizados emocionalmente e/ou com sofrimento mental anterior à pandemia (Saidel et al., 2020); rastreio de profissionais com depressão, ideação suicida, ansiedade e estresse pós-traumático, bem como identificação e pronto atendimento aos grupos de alto risco para o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos (Dantas, 2021; Poersch et al., 2020). Uma estratégia de prevenção e promoção de saúde relacionada ao mapeamento de profissionais fragilizados foi apresentada na pesquisa de Schmidt et al. (2020), sugerindo que as próprias equipes de saúde e de saúde mental pudessem observar sinais de sofrimento psicológico, irritabilidade ou recusa ao descanso, por exemplo. Tal apontamento reforça também a importância da atuação dos gestores no sentido de estarem atentos às mudanças de comportamento dos profissionais que estão na linha de frente, a fim de favorecer que as intervenções específicas sejam tomadas precocemente. Além disso, há ainda a garantia de apoio emocional a esses profissionais por longos períodos, tendo em vista que os impactos negativos causados podem reverberar durante meses ou até anos (Dantas, 2021). Schmidt et al. (2020) ressaltaram ainda o papel das intervenções precoces frente à indicativos de implicações psicológicas negativas, sugerindo a possibilidade de visitas às áreas de descanso dos profissionais para realizar escuta e acolhimento, além de sensibilização sobre a busca de ajuda

psicológica em momentos de grande estresse e pressão, como a pandemia. As autoras comentaram sobre o cuidado com a saúde mental nos momentos posteriores, que incluíram necessidade de lidar com perdas, readaptação e transformação em diversos aspectos da vida.

Ainda como possibilidade de prevenção e promoção de saúde mental, os estudos incluídos na revisão apontaram recomendações de autocuidado para os profissionais atuantes no contexto de pandemia, como a adoção de uma boa alimentação, realização exercícios físicos, realização de atividades que produzam tranquilidade (e.g., exercícios de respiração e meditação), desenvolvimento de resiliência psicológica, maior descanso entre os turnos de trabalho; não adoção de hábitos prejudiciais para alívio da tensão (i.e., uso abusivo de bebidas alcoólicas e outras drogas), socialização com amigos e colegas para partilhar experiências e sentimentos, mesmo que seja de forma virtual, além de reflexão sobre as dificuldades enfrentadas, tal como possibilidade de ressignificar as vivências em momento de crise (Saidel et al., 2020; Souza et al., 2021). Cabe apontar que tais recomendações foram sugestões de possibilidade de prevenção e promoção de saúde, mas durante o primeiro ano de pandemia (e até o momento da confecção da presente revisão) não houve relatos de estudos ou protocolos de intervenção com este propósito em vigor. Em relação a isso, Schmidt et al. (2020) afirmaram que os profissionais de saúde no Brasil não tem experiências em atuação em emergências, como é o caso da pandemia de COVID-19, fazendo-se necessário intervenções que orientem sobre os possíveis sintomas psicológicos que podem surgir neste contexto, como estresse, depressão, ansiedade e insônia, bem como as possibilidades de estratégias de enfrentamento e autocuidado.

Os resultados mostraram também que a prevenção e promoção deve perpassar pelos processos de trabalho, sendo necessário garantir a organização dos sistemas de turnos para que possa haver revezamento em papéis de alta pressão e, conseqüentemente, a necessidade de

fornecer ambientes adequados de descanso dentro das unidades de trabalho (Souza et al., 2021).

A contratação emergencial de mais profissionais para diminuição de sobrecarga laboral e garantia de equipamentos de proteção individual também são estratégias que podem ajudar a minimizar o estresse ocupacional (Dantas, 2021).

Além disso, ressaltou-se a necessidade de uma equipe de psicólogos, psiquiatras e terapeutas ocupacionais que pudessem oferecer aos trabalhadores um espaço de escuta ativa e que oportunizassem a união da equipe, uma vez que este surgiu como um aspecto que favorecia o enfrentamento da situação (Horta et al., 2021; Poersch et al., 2020). Em termos de organização das ações de saúde, foi demonstrada a possibilidade de organização de plantões de atendimento psicológico nas instituições hospitalares (Dantas, 2021). Um dos estudos incluídos na revisão relatou que o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) disponibilizou um canal de atendimento psicológico para que os profissionais da enfermagem pudessem buscar ajuda emocional em meio à situação causada pela pandemia de COVID-19 (Souza et al., 2021).

Outro estudo, realizado no Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA), demonstrou que houve uma reorganização dos processos de trabalho devido a pandemia, por meio do programa de saúde mental do trabalhador, que iniciou intervenções de assistência especializada em saúde mental, como acolhimento e escuta qualificada aos trabalhadores do hospital (Poersch et al., 2020). Ainda como possibilidade de organização de ações em saúde, um estudo relatou que grupos chineses divulgaram um Manual de Saúde Mental Nacional do Novo Surto de pneumonia por Coronavírus, com artigos e vídeos relacionados à saúde mental e diretrizes para subgrupos populacionais, dentre eles, os profissionais de saúde (Saidel et al., 2020). Moreira et al. (2020) relatam em sua pesquisa a criação de um programa de telemonitoramento via telefone ou internet, desenvolvido em Xangai, e direcionado aos profissionais de saúde que estavam

atuando na linha de frente da pandemia, com o intuito de promover o bem-estar da saúde mental e fortalecimento de suporte destes profissionais e, ao mesmo tempo, minimizar o medo e a ansiedade decorrentes do trabalho durante a pandemia.

Dentre possíveis sugestões, identificadas nos estudos incluídos na revisão ou a partir das observações dos trabalhos, está a oferta, por meio de plataformas digitais, telessaúde, plataformas online de atendimentos e outras tecnologias, de atendimento e acolhimento psicológico durante os períodos de isolamento social ou mesmo posterior à esse, como consequência da pandemia de COVID-19. Por outro lado, um dos estudos atentou-se para a realidade de que, aproximadamente 20% dos brasileiros não têm acesso à internet, ressaltando que as ações de saúde mental precisam ser pensadas e direcionadas de acordo com as reais possibilidades de cada território e sua população (Saidel et al., 2020). Schmidt et al. (2020) afirmam que os atendimentos psicológicos são recomendados a qualquer profissional que apresentar algum distúrbio psicológico, podendo ser realizados por meio de plataformas online, ligações telefônicas, cartilhas e materiais informativos ou, de maneira mais tradicional, por meio de atendimentos presenciais.

Com base nisso, os gestores das instituições de saúde, em conjunto com apoio governamental, deveriam pensar em ações que minimizassem o desgaste psicossocial dos profissionais de saúde durante e após a pandemia de COVID-19. A partir dos resultados encontrados nos estudos revisados, validam-se ações de saúde que promovam espaços coletivos para discussão de casos e trocas de experiências, a fim de contribuir com o processo de aprendizagem acerca do fenômeno e possibilitar acolhimento, coesão e o fortalecimento do trabalho em equipe multiprofissional (Souza et al., 2021). Em encontro disso, Oliveira et al. (2021) ressaltam a educação continuada como uma ferramenta que pode contribuir para evitar

inseguranças nas práticas de cuidado em saúde e proporcionar mudanças positivas na rotina dos profissionais de saúde.

Uma pesquisa reuniu os equipamentos de saúde mental existentes, como a estratégia de saúde da família (ESF) e a rede de atenção psicossocial (RAPS), salientando sua potencialidade no acolhimento aos profissionais de saúde que viessem a necessitar de apoio e suporte psicossocial de base durante e após a pandemia (Dantas, 2021). Tal proposta destaca o papel e a responsabilidade do Estado de gerir mecanismos de cuidado em Saúde Mental aos trabalhadores, de investir nas universidades e em projetos de pesquisas em diferentes áreas do conhecimento (Dantas, 2021). Dentre elas, destacam-se a relevância de pesquisas sobre os atendimentos que possam contribuir com políticas públicas para o cuidado em Saúde Mental em tempos de pandemia por COVID-19 e pesquisas de mapeamento que possam identificar profissionais de saúde em maior vulnerabilidade psíquica, a fim de incluí-los em ações específicas de cuidado em saúde mental (Saidel et al., 2020).

Considerações finais

Esta revisão integrativa da produção científica nacional sobre a saúde mental dos profissionais de saúde na pandemia COVID-19 durante o primeiro ano da pandemia buscou apresentar as principais evidências, do ponto de vista teórico e empírico. Por meio dos resultados apresentados, foi possível compreender que a atuação dos profissionais de saúde neste contexto trouxe implicações de saúde física e mental, sendo imprescindível pensar ações que minimizem os danos causados e proporcionem o cuidado necessário. Em termos de aporte para a produção de conhecimento, este artigo pretendeu compreender, por meio dos estudos revisados, as condições de saúde mental dos profissionais de saúde atuantes na pandemia COVID-19. A partir da realização desta revisão com foco no primeiro ano de pandemia, foi possível reunir e refletir sobre

os fatores associados aos processos de trabalho em tempos de crise e às possibilidades de cuidado e prevenção da saúde mental dos profissionais de saúde. Ressalta-se com isso a importância deste trabalho para propostas de intervenções e preparação para possíveis futuras emergências, como novas pandemias, situações de desastres e de crises. As limitações desta pesquisa referem-se ao número de artigos revisados, visto que no momento da redação do texto as publicações referentes à temática de saúde mental dos profissionais de saúde ainda eram poucas. Dessa forma, sugere-se não só a realização novas revisões como esta, mas também de pesquisas que busquem descrever as intervenções com a finalidade de cuidado, prevenção e promoção de saúde mental de profissionais de saúde, de modo a tornar possível verificar se as ações realizadas trazem benefícios e/ou minimizam as implicações decorrentes do trabalho na pandemia COVID-19.

Referências

- Adibi, A., Golitaleb, M., Farrahi-Ashtiani, I., et al. (2021). The Prevalence of Generalized Anxiety Disorder Among Health Care Workers During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Front Psychiatry* 12, 645.
- Buss, P. M., Alcázar, S., & Galvão, L. A. (2020). Pandemia pela Covid-19 e multilateralismo: Reflexões a meio do caminho. *Estudos Avançados*, 34, 45–64. <https://doi.org/10.1590/s0103-4014.2020.3499.004>
- Chávez, L., Marcet, G., Ramírez, E., Acosta, L., Samudio, M., 2021. *Mental health of physicians and nurses of Instituto Nacional de Enfermedades Respiratorias y del Ambiente - INERAM 'Juan Max Boettner' during the Covid-19 quarantine from July to September 2020*. *Rev salud publica del Paraguay* 11, 74–79.
- Dal’Bosco, E. B., Floriano, L. S. M., Skupien, S. V., Arcaro, G., Martins, A. R., & Anselmo, A. C. C. (2020). A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>
- Dantas, E. S. O. (2021). Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 25. <https://doi.org/10.1590/Interface.200203>
- East, S., Laurence, T., López-Mourelo, E., 2020. *COVID-19 and the situation of female health workers in Argentina. Buenos Aires* https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/—americas/—ro-lima/—ilo-buenos_aires/documents/publication/wcms_759696.pdf.
- Faro, A., Bahiano, M. de A., Nakano, T. de C., Reis, C., Silva, B. F. P. da, & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: A emergência do cuidado. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37,

e200074. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>

Filho, J. M. J., Assunção, A. Á., Algranti, E., Garcia, E. G., Saito, C. A., & Maeno, M. (2020). A saúde do trabalhador e o enfrentamento da COVID-19. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 45, e14. <https://doi.org/10.1590/2317-6369ed0000120>

García-Reyna, B, Castillo-García, GD, Barbosa-Camacho, FJ, et al. (2020). Fear of COVID- 19 Scale for Hospital Staff in Regional Hospitals in Mexico: a Brief Report. *Int J Ment Health Addict*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00413-x>

Greene, T, Harju-Seppa nen, J, Adeniji, M, et al. (2021). Predictors and rates of PTSD, depression and anxiety in UK frontline health and social care workers during COVID- 19. *Eur J Psychotraumatol* 12, 1882781.

Haraki, C. A. C. (2021). Estratégias adotadas na América do Sul para a gestão da infodemia da COVID-19. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 45, 1. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.43>

Horta, R. L., Camargo, E. G., Barbosa, M. L. L., Lantin, P. J. S., Sette, T. G., Lucini, T. C. G., Silveira, A. F., Zanini, L., & Lutzky, B. A. (2021). O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70, 30–38. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000316>

Huang, L., Lin, G., Tang, L., Yu, L., & Zhou, Z. (2020). Special attention to nurses' protection during the COVID-19 epidemic. *Critical Care*, 24, 120. <https://doi.org/10.1186/s13054-020-2841-7>

Humerez, D. C. de, Ohl, R. I. B., & Silva, M. C. N. da. (2020). Saúde mental dos profissionais de enfermagem do brasil no contexto da pandemia covid-19: ação do conselho federal de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*, 25(0), Article 0. <https://doi.org/10.5380/ce.v25i0.74115>

- Kang, L., Li, Y., Hu, S., Chen, M., Yang, C., Yang, B. X., Wang, Y., Hu, J., Lai, J., Ma, X., Chen, J., Guan, L., Wang, G., Ma, H., & Liu, Z. (2020). The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *The Lancet. Psychiatry*, 7(3), e14. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30047-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30047-X)
- Maria Giovana Borges SaidelI, ; Maria Helena Melo LimaII; Claudinei José Gomes CamposIII,; Cristina Maria Douat LoyolaIV; Elizabeth EsperidiãoV, & ; Jeferson RodriguesVI. (2020, maio 21). *Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus [Mental health interventions for health professionals in the context of the Coronavirus pandemic] [Intervenciones de salud mental para profesionales de la salud ante la pandemia de Coronavirus] | Saidel | Revista Enfermagem UERJ*. <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuernj/article/view/49923/33859>
- Melo, F. M. de S., Oliveira, B. B. de, Oliveira, R. K. L. de, Bezerra, J. C., Silva, M. J. N. da, & Joventino, E. S. (2017). Conhecimentos de enfermeiros sobre acidentes de trabalho. *Rev Rene*, 18(2), 173–180. <http://periodicos.ufc.br/rene/article/view/19240>
- Oliveira, H. C. de, Souza, L. C. de, Leite, T. C., & Campos, J. F. (2020). Personal Protective Equipment in the coronavirus pandemic: Training with Rapid Cycle Deliberate Practice. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(suppl 2), e20200303. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0303>
- Paula, D. G. de, Francisco, M. R., Freitas, J. D., Levachof, R. C. Q., Fonseca, B. de O., Simões, B. F. T., & Bilio, R. de L. (2020). Hand hygiene in high-complexity sectors as an integrating element in the combat of Sars-CoV-2. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(suppl 2), e20200316. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0316>
- Pereira, C., Medeiros, A., & Bertholini, F. (2020). O medo da morte flexibiliza perdas e

- aproxima polos: Consequências políticas da pandemia da COVID-19 no Brasil. *Revista de Administração Pública*, 54(4), 952–968. <https://doi.org/10.1590/0034-761220200327>
- Poersch, A. L., Cardozo, D. L., Ramos, M. Z., Lima, F. M., & Carvalho, F. G. (2020). Time de Resposta Rápida em Saúde Mental (TRRSM): Protocolo de atendimento psicossocial para trabalhadores da saúde no contexto de pandemia. *Clinical & Biomedical Research*, 40(2), Article 2. <https://seer.ufrgs.br/hcpa/article/view/103630>
- Prado, A. D. (2020). *A saúde mental dos profissionais da saúde frente à pandemia do COVID-19: Um revisão integrativa*. <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/29539>
- SaideI, M. G. B., Lima, M. H. M., Campos, C. J. G., Loyola, C. M. D., Esperidião, E., & Rodriques, J. (2020). Intervenções em saúde mental para profissionais de saúde frente a pandemia de Coronavírus. *Rev. Enferm. UERJ*, 49923–49923. <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/49923/33859>
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200063. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>
- Souza, M. T. de, Silva, M. D. da, & Carvalho, R. de. (2010). Integrative review: What is it? How to do it? *Einstein (São Paulo)*, 8(1), 102–106. <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>
- Souza, N. V. D. de O., Carvalho, E. C., Soares, S. S. S., Varella, T. C. M. Y. M. L., Pereira, S. R. M., & Andrade, K. B. S. de. (2021). Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 42. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200225>
- Teixeira, C. F. de S., Soares, C. M., Souza, E. A., Lisboa, E. S., Pinto, I. C. de M., Andrade, L.

R. de, & Espiridião, M. A. (2020). A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(9), 3465–3474.

<https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>

World Health Organization. (2021). The impact of COVID-19 on health and care workers: a closer look at deaths (No. *WHO/HWF/WorkingPaper/2021.1*). World Health Organization.

World Health Organization (2022). *WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard*.

<https://covid19.who.int/>