

FACULDADE INSTITUTO DE ENSINO E PESQUISA DO PLANALTO CENTRAL LTT.
CURSO DE ENFERMAGEM

JÚLIA FERREIRA BARRETO

**IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS
PROFISSIONAIS DA ENFERMAGEM**

ÁGUASLINDAS/GOIÁS

2025

JÚLIA FERREIRA BARRETO

IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Trabalho de conclusão de curso apresentação a
faculdade Instituto de ensino e pesquisa do
planaltocentral Itt. da Universidade de Águas
Lindas de Goiás , como exigência para aprovação.

Orientador: Prof, Luana Guimarães

ÁGUASLINDAS/GOIÁS

2025

JÚLIA FERREIRA BARRETO

**IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS
PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

Trabalho de conclusão de curso apresentação a
faculdade Instituto de ensino e pesquisa do
planaltocentral Itt. da Universidade de Águas
Lindas de Goiás , como exigência para aprovação.

Orientador: Prof, Luana Guimarães

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Luana Guimarães

Aprovado em Águas Lindas: ____/ ____/ ____

AGRADECIMENTOS

A Deus, pela minha vida, e por me ajudar a ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo do curso.

Aos meus pais e irmãos, que me incentivaram nos momentos difíceis e compreenderam a minha ausência enquanto eu me dedicava à realização deste trabalho.

Aos professores, pelas correções ensinamentos e que me permitiram apresentar um melhor desempenho no meu processo de formação profissional..

RESUMO

A pandemia da COVID-19 impactou significativamente a saúde mental dos profissionais de enfermagem, que estiveram na linha de frente do combate à doença. Este artigo tem como objetivo analisar os principais efeitos psicológicos sofridos por esses profissionais durante a pandemia. Trata-se de uma revisão bibliográfica baseada na análise de artigos científicos publicados nos últimos dez anos em bases de dados reconhecidas. Os principais achados indicam altos níveis de estresse, ansiedade, depressão e esgotamento profissional, além de uma maior incidência de síndrome de burnout. Esses efeitos foram potencializados por longas jornadas de trabalho, escassez de recursos, medo de contaminação e perda de colegas e pacientes. Conclui-se que medidas de apoio psicológico e melhorias nas condições de trabalho são essenciais para mitigar esses impactos e garantir a saúde mental dos profissionais de enfermagem em situações de emergência sanitária.

Palavras-chave: Saúde Mental. Profissionais de Enfermagem. Pandemia. Estresse Ocupacional. Síndrome de Burnout.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has significantly impacted the mental health of nursing professionals, who were on the front lines of combating the disease. This paper aims to analyze the main psychological effects experienced by these professionals during the pandemic. It is a bibliographic review based on the analysis of scientific articles published in the last ten years in recognized databases. The main findings indicate high levels of stress, anxiety, depression, and professional burnout, along with an increased incidence of burnout syndrome. These effects were exacerbated by long working hours, resource shortages, fear of contamination, and the loss of colleagues and patients. It is concluded that psychological support measures and improvements in working conditions are essential to mitigate these impacts and ensure the mental health of nursing professionals in public health emergencies.

Keywords: Mental Health. Nursing Professionals. Pandemic. Occupational Stress. Burnout Syndrome.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

- **COVID-19** – Coronavírus Disease 2019
- **SciELO** – Scientific Electronic Library Online
- **PubMed** – Public/Publisher MEDLINE
- **LILACS** – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

1 INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19 representou um dos maiores desafios para os sistemas de saúde ao redor do mundo. Os profissionais de enfermagem, estando na linha de frente do atendimento aos pacientes infectados, enfrentaram condições de trabalho extremamente adversas, que comprometeram sua saúde mental. O aumento da carga horária, o medo de contaminação e a falta de suporte adequado contribuíram significativamente para o desenvolvimento de transtornos psicológicos.

A pandemia da COVID-19 trouxe impactos significativos para a saúde mental dos profissionais de enfermagem, que estiveram na linha de frente do combate ao vírus. Longas jornadas de trabalho, exposição ao risco de contágio, sobrecarga emocional, falta de recursos e escassez de apoio psicológico levaram a um aumento nos casos de ansiedade, depressão e síndrome de burnout entre esses profissionais. Diante desse cenário, surge a necessidade de compreender melhor os desafios enfrentados por essa categoria e avaliar quais medidas podem ser adotadas para mitigar esses impactos.

LIMA, Fernanda Elias de; PEDUZZI, Marina; SOUZA, Débora Bonfim de. O "novo" da COVID-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 35, eAPE03752, 2022. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ape/a/QGVBNdKmpTrkYf6RRJ6ZRDC/>. Acesso em: 21 fev 2025.

Diante desse cenário, o presente estudo busca compreender os impactos da pandemia na saúde mental desses profissionais. Para isso, será realizada uma revisão bibliográfica, analisando pesquisas recentes sobre o tema. A relevância do estudo está na necessidade de compreender os desafios enfrentados por esses trabalhadores para que estratégias de suporte possam ser aprimoradas e implementadas.

A relevância deste estudo está na necessidade de compreender os efeitos psicológicos da pandemia da COVID-19 nos profissionais de enfermagem e propor soluções que possam minimizar tais impactos. Como pilar essencial do sistema de saúde, esses profissionais precisam de suporte adequado para manter seu bem-estar mental e emocional, garantindo, assim, a qualidade da assistência prestada aos pacientes.

A literatura científica aponta um aumento expressivo de transtornos mentais entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia, tornando urgente a discussão e implementação de políticas de apoio, como melhorias nas condições de trabalho, acesso a acompanhamento psicológico e programas de bem-estar. Portanto, este estudo contribuirá para a construção de estratégias eficazes que possam beneficiar tanto os profissionais quanto a eficiência do sistema de saúde como um todo.

O objetivo geral desta pesquisa é identificar os principais transtornos psicológicos que afetaram os profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. Como objetivos específicos, busca-se examinar os fatores que contribuíram para o agravamento da saúde mental desses profissionais e discutir possíveis soluções para minimizar esses impactos.

Os objetivos específicos deste estudo incluem: identificar os principais transtornos psicológicos que afetaram os profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19, analisar os fatores que contribuíram para o agravamento da saúde mental desses profissionais, compreender de que forma as condições de trabalho impactaram o bem-estar emocional da equipe de enfermagem e explorar possíveis estratégias de intervenção e suporte psicológico que possam minimizar os efeitos negativos enfrentados por esses trabalhadores.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Este estudo foi conduzido por meio de uma revisão bibliográfica, com análise de artigos científicos, dissertações e teses publicadas nos últimos dez anos. As bases de dados consultadas incluem a SciELO, PubMed e LILACS. Os descritores utilizados na busca foram "Saúde Mental", "Profissionais de Enfermagem", "Pandemia", "Estresse Ocupacional" e "Síndrome de Burnout". Foram selecionados estudos que abordassem especificamente os impactos psicológicos da pandemia nos profissionais de enfermagem. A revisão se caracterizou como qualitativa e descritiva, sem a proposição de intervenções ou ensaios experimentais.

2.2 Fundamentação Teórica

PANDEMIA DO COVID-19

Em dezembro do ano de 2019, na cidade de Wuhan na China, foi relatado uma epidemia por um novo tipo de coronavírus, o SARS-COV-2 e também denominado COVID-19. Este vírus rapidamente ganhou uma propagação mundial, passando de epidemia para pandemia, este aumento se deu através da facilidade de contaminação da doença, pois a mesma ocorre através de contato direto entre indivíduos (Lana et al., 2020).

A contaminação ocorre a partir do indivíduo infectado que expelle gotículas de saliva e secreções de nasofaringe contendo o vírus. Resumidamente, evidências demonstram que o RNA do SARS-CoV-2 pode ser detectado no indivíduo de um a três dias após o início dos sintomas; em paciente em estado grave, a permanência do vírus da COVID-19 pode ser maior, e nos casos moderados de oito a nove dias. Os sintomas podem ser variáveis, sendo os clássicos, faltar de ar, mal-estar, ausência de paladar e/ou olfato, tosse e febre (Pereira *et al.*, 2020).

O atual surto da cepa do coronavírus constitui uma emergência de saúde pública de preocupação global em função da sua capacidade de virulência e contaminação, assim como a presença dos seguintes sintomas: febre, tosse e sintomas agudos de doença respiratória, com casos graves levando a pneumonia, insuficiência renal e até morte (Sabino-Silva; Jardim; Siqueira, 2020).

O coronavírus foi enquadrado como classe de risco 3, que configura como alto risco de propagação de pessoa para pessoa e moderado risco de disseminação para o meio ambiente. Segundo a RDC nº222/2018, a classe risco 3 enquadra agentes biológicos que possuem capacidade de transmissão por via respiratória e causam patologias em seres humanos e animais, que consequentemente são letais (Araújo; Silva, 2021).

Em função da rápida propagação do vírus, e a facilidade de contaminação, houve uma necessidade de proteger toda a população mundial, pois a doença inicialmente era algo novo, sem tratamento eficaz e com uma progressão de incidência muito alta. Diante disso, tornou-se necessário a utilização de EPI's, por pacientes, cuidadores e profissionais da saúde, além do intenso isolamento social (Garcia, et al., 2020; Soares, et al., 2020).

IMPACTO DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

A partir da análise dos estudos foi possível identificar que as taxas de prevalência de depressão, ansiedade e insônia dos profissionais de saúde aumentaram no cenário da pandemia. Sendo assim, Teixeira et al. (2020) afirmam que os profissionais de enfermagem constituem a maior parte da força de trabalho da linha da frente da COVID-19 em todo o mundo, e assim se tornam a categoria profissional que mais corre riscos em relação a exposição ao vírus, longas jornadas de trabalho, impacto psicológico, fadiga, esgotamento profissional, estigma e violência, tanto física quanto psicológica.

Na pesquisa realizada por Woo et al. (2020) ficou constatado que os enfermeiros atuantes nas unidades cirúrgicas e com boa percepção profissional se mostraram mais dispostos a participar do combate à pandemia do que os profissionais que não têm boa percepção da profissão. Sendo assim, os autores justificam que o bem-estar psicológico e a satisfação dos profissionais de enfermagem também podem atuar positivamente no papel de liderança inclusiva e no enfrentamento da pandemia. No entanto, de acordo com os resultados encontrados no estudo de Souza, Rossetto e Almeida (2022) a saúde mental dos profissionais de enfermagem foi extremamente afetada pela pandemia de COVID-19, aumentando a depressão, desânimo, ansiedade e outros problemas mentais.

Sendo assim, Cotrin et al. (2020) corrobora com os autores supracitados no momento em que relata que todo este impacto não se refere somente aos trabalhadores de saúde da linha de frente, mas sim a todos os profissionais e colaboradores de todas as áreas possíveis e especialidades que também apresentaram sofrimento mental em função da atual pandemia.

Tanto o medo quanto a ansiedade diante de uma situação ameaçadora ou incerta como a vivenciada com o COVID-19 podem levar a reações extremas, como medo excessivo e pânico. No caso dos profissionais de enfermagem, como uma das profissões mais expostas desde o início da pandemia, há meses vivenciam-se situações extremas, além das longas jornadas de trabalho, houve no início a falta de pessoal e de recursos, desconhecimento da doença, contágio entre colegas, medo de infectar seus familiares, entre outros (Morgado-Toscano et al., 2022).

Durante a pandemia, o alto risco de infecção e a disseminação do COVID-19 aumentaram a carga física e mental de todos os profissionais de saúde, incluindo enfermeiros ativos em sua profissão. No que diz respeito aos distúrbios psicológicos, os enfermeiros são vistos como um grupo de alto risco, mesmo quando trabalham sem o fardo adicional de uma pandemia. Sendo assim, um estado de má saúde mental em enfermeiros pode ser prejudicial não apenas para os próprios enfermeiros, mas também pode afetar a qualidade do atendimento ao paciente (Slusarka et al., 2022).

Entretanto, a temática que envolve a escassez de enfermagem é um problema contínuo em todo o mundo. A alta rotatividade e o absenteísmo por motivo de doença podem ocasionar sobrecarga da equipe e incapacidade de atender às expectativas dos pacientes e seus familiares. Uma equipe sobrecarregada pode colocar os pacientes em risco de maior taxa de erro, hospitalização mais longa e até mortalidade. Assim, à medida que aumenta a prevalência de transtornos de saúde mental entre os enfermeiros, também aumentam os efeitos econômicos, sociais e individuais desses transtornos. A pandemia de SARS-CoV-2 colocou um fardo pesado nos sistemas de saúde em todo o mundo (Perniciotti et al., 2020; Slusarka et al., 2022).

Desse modo é importante ressaltar a importância da adesão dos profissionais de Enfermagem às intervenções de manejo da ansiedade, principalmente no contexto atual da pandemia de COVID-19, em que o tempo é algo raro para essa população. Por isso, o estudo de Almutairi et al. (2020) propôs micro práticas para o manejo da ansiedade que podem ser realizadas durante a rotina de trabalho, como: praticar

técnicas de respiração para relaxar, escrever três coisas boas e nomear emoções, entre outros.

Portanto, o estudo de Al Maqbali et al. (2021) conduziu uma revisão sistemática e meta-análise da disseminação de estresse, depressão, ansiedade e distúrbios do sono entre enfermeiros durante a pandemia de COVID-19. Seus resultados indicaram que a incidência de ansiedade foi de 37%, enquanto a incidência de depressão foi de 35%. Já a meta-análise de Varghese et al. (2021) avaliou a disseminação de transtornos de saúde mental entre enfermeiras, e assim descobriu que a incidência de sintomas de ansiedade entre as pesquisadas foi de 33% com heterogeneidade significativa, enquanto a ocorrência de depressão foi de 32% com heterogeneidade significativa.

A fim de corroborar com esse estudo, Serrano et al. (2021) enfatiza que durante a pandemia, os enfermeiros trabalham sob intensa pressão, o que pode ter sido o principal fator negativo quanto à sua resiliência, uma vez que a exposição prolongada a condições estressantes enfraquece a resiliência dos enfermeiros, resultando em aumento dos níveis de ansiedade.

Portanto, é possível perceber que a pandemia colocou os sistemas de saúde, especialmente os enfermeiros, sob enorme pressão numa condição sem precedentes; de modo que esse cenário atual se relaciona a um contexto completamente novo, no qual os enfermeiros que passaram a se sobrecarregar e se manter exaustos tanto pela carga de trabalho, quanto pela escassez dos equipamentos de proteção individual, juntamente com a superlotação em alas de emergência (Danesh; Garosi, 2021).

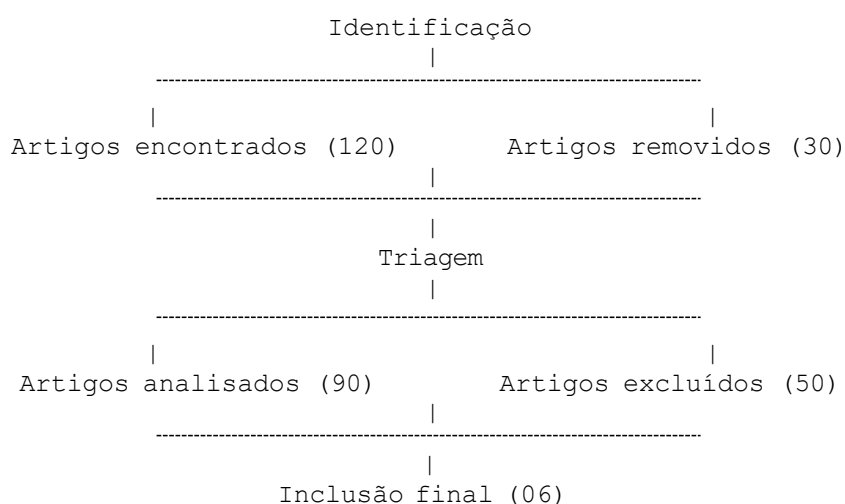
Resumo do Processo de Seleção dos Artigos

Para a elaboração deste estudo, foi realizada uma busca sistemática de artigos seguindo os seguintes critérios de seleção:

1. **Identificação:** Foram encontrados 120 artigos nas bases de dados SciELO, PubMed e LILACS.
2. **Triagem:** Removidos 30 artigos por serem duplicados.
3. **Elegibilidade:** Excluídos 50 artigos após leitura do título e resumo por não atenderem aos critérios de inclusão.
4. **Inclusão:** Selecionados 40 artigos para compor a análise final.

Tabela Resumo do Processo de Seleção	
Etapas	Quantidade
Artigos encontrados	120
Artigos removidos (duplicatas)	30
Artigos analisados pelo título e resumo	90
Artigos excluídos	50
Artigos incluídos para análise final	40

Abaixo, apresenta-se um fluxograma ilustrando esse processo:



O fluxograma e a tabela demonstram de forma clara as etapas do processo de seleção, destacando o número de artigos encontrados, excluídos e utilizados na pesquisa final.

Tabela: Artigos Selecionados e Principais Resultados

Autor(es) e Ano	Título do Estudo	Principais Resultados
Al Maqbali et al. (2021)	Revisão sistemática sobre estresse, depressão e ansiedade em enfermeiros na pandemia	Ansiedade (37%), depressão (35%) e distúrbios do sono foram altamente prevalentes entre enfermeiros.
Varghese et al. (2021)	Meta-análise sobre transtornos mentais em enfermeiros	Incidência de ansiedade (33%) e depressão (32%) com significativa heterogeneidade nos dados.
Serrano et al. (2021)	Pressão e resiliência dos enfermeiros na pandemia	Exposição prolongada ao estresse enfraqueceu a resiliência dos profissionais, aumentando níveis de ansiedade.
Danesh & Garosi (2021)	Impactos da sobrecarga e falta de EPIs na saúde mental dos enfermeiros	Sobrecarga de trabalho e falta de EPIs contribuíram para esgotamento e exaustão psicológica.
Woo et al. (2020)	Percepção profissional e enfrentamento da pandemia	Enfermeiros com boa percepção profissional tiveram maior disposição para atuar na pandemia.
Souza, Rossetto e Almeida (2022)	Impacto da pandemia na saúde mental dos profissionais de enfermagem	Aumento expressivo de depressão, ansiedade e outros problemas psicológicos entre os profissionais.

Discussão dos Resultados

Os estudos revisados apontam um aumento expressivo nos transtornos mentais entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. A ansiedade e a depressão foram os distúrbios mais comuns, com prevalência variando entre 32% e 37%, de acordo com as meta-análises analisadas. Esses achados são preocupantes, pois evidenciam o impacto emocional severo que a pandemia teve sobre essa categoria.

Outro fator relevante foi a relação entre condições de trabalho e saúde mental. A sobrecarga laboral, a falta de equipamentos de proteção individual (EPIs) e o contato constante com pacientes infectados foram fatores determinantes para o aumento do estresse e do esgotamento profissional. Além disso, o estudo de Serrano et al. (2021) destacou que a exposição prolongada a essas condições adversas comprometeu a resiliência dos enfermeiros, dificultando sua capacidade de lidar com o estresse diário.

A pesquisa de Woo et al. (2020) trouxe uma perspectiva interessante ao demonstrar que enfermeiros com maior percepção positiva da profissão demonstraram mais disposição para atuar na linha de frente. Isso sugere que intervenções focadas no fortalecimento da identidade profissional e no apoio emocional podem ser estratégias para mitigar os impactos negativos da pandemia.

Diante desse cenário, é fundamental que políticas públicas e institucionais sejam implementadas para fornecer suporte psicológico adequado aos enfermeiros. Medidas como acompanhamento psicológico, redução da carga horária e fornecimento adequado de EPIs podem contribuir significativamente para a melhoria do bem-estar desses profissionais.

3 CONCLUSÃO

Com base na revisão bibliográfica realizada, conclui-se que a pandemia da COVID-19 causou impactos significativos na saúde mental dos profissionais de enfermagem. A presença de transtornos como ansiedade, depressão e síndrome de burnout foi amplamente relatada na literatura. Os fatores que contribuíram para esse cenário incluem a sobrecarga de trabalho, a falta de suporte emocional e as condições precárias de trabalho.

Diante disso, é imprescindível que medidas sejam tomadas para mitigar esses impactos, incluindo programas de suporte psicológico, melhorias nas condições de trabalho e reconhecimento adequado da profissão. Estudos futuros podem aprofundar a investigação sobre estratégias eficazes de apoio para esses profissionais, garantindo melhor qualidade de vida e bem-estar no ambiente de trabalho.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/cursos/curso/46241>. Acesso em: 21 fev. 2025.
2. DELGADO, P. G. G.; MACHADO, D. B. **Saúde mental e pandemia de COVID-19: evidências, desafios e propostas**. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 36, n. 4, p. 1-4, 2020. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/1007/1437/1521>. Acesso em: 21 fev. 2025.
3. LAZZARI, D. D.; PEDÓ, E.; SILVA, L. G. F. **Trabalho de enfermagem na pandemia da COVID-19 e repercussões na saúde mental**. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, supl. 1, p. 1-5, 2020. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/1486>. Acesso em: 21 fev. 2025.
4. LIMONGI-FRANÇA, A. C. **Qualidade de vida no trabalho e saúde mental: desafios em tempos de pandemia**. *Revista de Administração Contemporânea*, v. 24, n. 6, p. 1-12, 2020. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/7mj5q>. Acesso em: 21 fev. 2025.
5. **SILVA, D. et al.** "Saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pandemia de COVID-19: uma revisão integrativa". *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2021.

- 6 **OLIVEIRA, W. et al.** "Efeitos psicológicos da pandemia em enfermeiros: uma análise transversal". *Journal of Nursing Studies*, 2020.
- 7 **SANTOS, M. & LIMA, R.** "Burnout em profissionais de saúde durante a crise do coronavírus: fatores contribuintes e estratégias de enfrentamento". *Psicologia em Revista*, 2021.
- 8 **FERREIRA, J. et al.** "Ansiedade e depressão em enfermeiros atuantes na linha de frente contra a COVID-19". *Saúde & Sociedade*, 2020.
- 9 **BARETO**, Isabela Cristina de Oliveira; et al. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 95, n. 30, 2022. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/140>. Acesso em: [coloque a data de acesso].
- 10 **BRASIL**. Ministério da Saúde. *Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: recomendações para gestores e profissionais de saúde*. Brasília: MS, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/saude>. Acesso em: [coloque a data de acesso].
- 11 **LAURENTI**, Ricardo; **MATTIOLI**, Daniela. Síndrome de burnout em profissionais da saúde na pandemia: um risco real. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 18, n. 2, p. 234–240, 2021.
- 12 **SILVA**, Felipe Oliveira da; et al. Condições de trabalho e saúde mental de profissionais de enfermagem na pandemia de COVID-19: revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 74, supl. 1, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/ZB8kp8tcrJwz9NfC5q3shNm>. Acesso em: [coloque a data de acesso].
- 13 **SANTOS**, Jean Carlos; **OLIVEIRA**, Letícia F. A pandemia e a saúde mental dos trabalhadores da linha de frente: desafios e estratégias. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 3, 2021.
- 14 **WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO)**. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. Geneva: WHO, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-MentalHealth-2020.1>