

IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NA ANSIEDADE DE PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Carlos Alexandre Gonçalves Coutinho¹
Layane da Silva Lima²
Tiffany Dias Miranda³

RESUMO

A pandemia aumentou significativamente os problemas já existente na área da saúde, principalmente para os profissionais da área de enfermagem. A sobrecarga de trabalho, o medo de contágio e a falta de recursos levaram a um grande aumento dos casos de ansiedade e burnout entre esses profissionais. As consequências se estenderam para além do ambiente de trabalho, afetando a vida pessoal e o bem-estar dos enfermeiros. Este trabalho tem como objetivo analisar, a partir de revisão da literatura científica, o impacto da pandemia de COVID-19 na ansiedade de profissionais de enfermagem. Os resultados evidenciaram os riscos associados às condições de trabalho, assim como o aumento do estresse enfrentado pelos profissionais na linha de frente. Houve grande impacto emocional, manifestado por exaustão física e mental, falta de apoio psicológico e desvalorização do trabalho, contribuindo para o aumento de sintomas como depressão, ansiedade, preocupação excessiva, insônia e irritabilidade.

Palavras-chave: Ansiedade. Depressão. Saúde do trabalhador. Enfermeiros. Covid-19.

*IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC ON ANXIETY AMONG NURSING
PROFESSIONALS*

¹Graduado em Enfermagem pelo Centro Universitário FIPMoc (UNIFIPMoc). E-mail: enfe.carlos06@gmail.com.

²Graduado em Enfermagem pelo Centro Universitário FIPMoc (UNIFIPMoc).

³Graduado em Enfermagem pelo Centro Universitário FIPMoc (UNIFIPMoc).

ABSTRACT

The pandemic has significantly exacerbated pre-existing problems in the healthcare sector, particularly for nursing professionals. The increased workload, fear of contagion, and lack of resources have led to a substantial rise in cases of anxiety and burnout among these workers. The consequences extended beyond the workplace, affecting nurses' personal lives and overall well-being. This study aims to analyze, through a review of scientific literature, the impact of the COVID-19 pandemic on anxiety among nursing professionals. The findings highlighted the risks associated with working conditions, as well as the increased stress faced by frontline professionals. There was a significant emotional impact, manifested through physical and mental exhaustion, lack of psychological support, and the undervaluation of their work, contributing to the rise in symptoms such as depression, anxiety, excessive worry, insomnia, and irritability.

Keywords: Anxiety. Depression. Occupational health. Nurses. Covid-19.

IMPACTO DE LA PANDEMIA DE COVID-19 EN LA ANSIEDAD DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA

RESUMEN

La pandemia ha agravado significativamente los problemas preexistentes en el sector de la salud, especialmente para los profesionales de la enfermería. La sobrecarga de trabajo, el miedo al contagio y la falta de recursos han llevado a un aumento considerable de los casos de ansiedad y agotamiento entre estos trabajadores. Las consecuencias se extendieron más allá del entorno laboral, afectando la vida personal y el bienestar general de los enfermeros. Este trabajo tiene como objetivo analizar, a partir de una revisión de la literatura científica, el impacto de la pandemia de COVID-19 en la ansiedad de los profesionales de la enfermería. Los resultados destacaron los riesgos asociados con las condiciones laborales, así como el aumento del estrés enfrentado por los profesionales en la primera línea. Hubo un gran impacto emocional, manifestado en agotamiento físico y mental, falta de apoyo psicológico y desvalorización del trabajo, contribuyendo al aumento de síntomas como depresión, ansiedad, preocupación excesiva, insomnio e irritabilidad.

Palabras clave: Ansiedad. Depresión. Salud laboral. Enfermeros. COVID-19.

INTRODUÇÃO

A pandemia de coronavírus (COVID-19), resultante da infecção pelo vírus SARS-CoV-2, teve início no final de 2019 e se manifestou globalmente com uma taxa de infecção e mortalidade alarmantes. Entretanto, as medidas adotadas para

conter a propagação do vírus trouxeram à tona diversos problemas de saúde pública. As incertezas que acompanharam esse cenário pandêmico contribuíram para o agravamento dos aspectos físicos, comportamentais e psicológicos da população (Pereira et al., 2023). Nesse contexto, é possível observar consequências adversas, especialmente para a enfermagem, uma categoria profissional que atua na linha de frente dos cuidados em saúde.

Estudos realizados antes da pandemia já indicavam a precariedade das condições de trabalho, a intensificação das atividades e o desgaste físico e emocional desses profissionais. Segundo dados do Observatório do Conselho Federal de Enfermagem, até junho de 2023, foram registrados 65.029 casos de COVID-19 e 872 mortes entre os profissionais da enfermagem.

Durante a crise sanitária, os riscos ocupacionais para a força de trabalho em saúde se intensificaram em virtude da sobrecarga, do risco de infecção e da escassez de equipamentos de proteção individual (EPI), além da superlotação das unidades de terapia intensiva (UTI). Essas condições impactaram negativamente a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem, resultando em exaustão física e mental, prejudicando sua capacidade de trabalho e refletindo diretamente em suas vidas pessoais, além de aumentar os sintomas da síndrome de Burnout (NASCIMENTO et al., 2022).

A elevada taxa de mortalidade pela COVID-19, a sobrecarga de trabalho e o temor de transmitir o vírus a seus familiares impuseram aos profissionais de enfermagem um estresse crônico. Devido às exigências psicológicas complexas do seu trabalho, esses profissionais têm experimentado impactos significativos em sua saúde mental (PENNA et al., 2021).

Uma condição prevalente entre esses trabalhadores é a síndrome de Burnout, que se caracteriza por sentimentos de exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal, sendo particularmente afetada ao lidar com pacientes que já apresentam problemas de saúde (FERNANDES, 2021).

Diante deste cenário, este trabalho tem como objetivo analisar, a partir de revisão da literatura científica, o impacto da pandemia de COVID-19 na

ansiedade de profissionais de enfermagem.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa, realizada no período abril de 2024 a novembro de 2024 no qual se caracteriza por agrupar, analisar e sintetizar resultados de pesquisas sobre um determinado tema ou questão, de maneira sistemática e ordenada, a fim de apresentar, discutir e aprofundar conhecimentos acerca da temática proposta (ERCOLLE, 2014).

A seleção dos artigos foi realizada nas bases de dados especializadas em saúde, BDNF, LILACS e MEDLINE. Foram cruzados com operador booleano *and* os descritores em Ciências da Saúde (DeCS): 'Ansiedade', 'Depressão', 'Saúde do Trabalhador', 'Enfermeiros' e 'Covid-19' para identificar estudos relevantes. Foram incluídos na amostra apenas artigos com texto integral disponível nas bases, cuja metodologia permitisse a análise da associação entre os descritores e a questão de pesquisa, visando aprofundar o conhecimento sobre o impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental de enfermeiros. O critério de exclusão foi a não adequação ao tema.

No total de 838 artigos selecionados pelos descritores, 412 apresentaram-se na íntegra, 6 artigos entraram na última seleção por enquadrar-se nos critérios de inclusão e por contemplar respostas à questão norteadora, porém houve repetição de 3 artigos entre as bases de dados, restando um total de 6 artigos que se submeteram a análise e síntese de dados para contemplação deste estudo.

RESULTADOS

Os artigos localizados foram organizados cronologicamente para entender o progresso das pesquisas sobre o tema. Os estudos selecionados abrangem o período de 2019 a 2023, estando todos dentro desse intervalo de tempo. As informações foram coletadas a partir de artigos que tratam de temas relacionados, sendo analisados de forma completa e detalhados no quadro sinótico (quadro 1).





Quadro 1 - Quadro sinótico

Título	Ano	Periódico	Objetivo	Principais desfechos
Os efeitos da pandemia no bem-estar dos enfermeiros brasileiros no combate ao COVID-19	2023	Arq. ciências saúde UNIPAR	Identificar e sintetizar os estudos sobre os preditores relacionados a saúde mental entre enfermeiros que atuam na linha de frente no combate ao COVID-19	A pandemia da COVID-19 trouxe sérios impactos à saúde mental dos profissionais de enfermagem, os achados revelam cinco temas principais: sentimento de insegurança, falta de equipamentos de proteção individual, falta de exames diagnósticos, mudanças no fluxo de atendimento e medo do desconhecido.
Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19	2021	Esc. Anna. Nery 25 (spe)	Analisar a prevalência de sintomas depressão, ansiedade e fatores associados em profissionais da equipe de enfermagem durante a pandemia da COVID-19	A ocorrência de sintomas sugestivos de transtornos mentais estava relacionada a profissionais de enfermagem do sexo feminino, cor ou raça parda, com renda mensal inferior a 5 salários mínimos que trabalhavam no setor privado, ter sintomas de síndrome de burnout e morar com os pais.
Ansiedade e depressão em trabalhadores de saúde de UTI COVID-19 em um hospital de referência	2024	Saúde debate 48 (141)	Avaliar a prevalência de ansiedade e depressão entre trabalhadores de unidade de terapia intensiva (UTI) que prestam atendimento a pacientes suspeitos ou confirmados para COVID-19 em um hospital de referência em Pernambuco, Brasil.	Os resultados mostram que a prevalência dos transtornos ansiosos e depressivos nos profissionais da área da saúde no âmbito de terapia intensiva estão ligados a qualidade de vida e intensificação do trabalho causado pela pandemia, sendo assim um cuidado voltado à saúde mental desses trabalhadores se torna necessário.

<p>Análise do transtorno de estresse pós-traumático em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19</p>	<p>2023</p>	<p>Texto contexto - enferm. 31 I</p>	<p>Analisar a prevalência de transtorno de estresse pós-traumático e os fatores associados ao desenvolvimento do transtorno de estresse pós-traumático em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19</p>	<p>O estudo mostrou que dentre os profissionais entrevistados além da sobrecarga dos profissionais e prejuízo emocional, suas maiorias dos profissionais que atuaram na linha de frente ou apresentaram sintomas ou foram diagnosticados com a COVID-19.</p>
<p>Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia COVID-19: Ação do conselho Federal de enfermagem</p>	<p>2020</p>	<p>Revista cogitare enfermagem</p>	<p>Refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem brasileiros no contexto da pandemia da COVID-19</p>	<p>Os trabalhadores da enfermagem fizeram parte de um dos grupos mais afetados, expostos ao risco de contágio e da dor emocional que afeta consideravelmente a saúde mental. Os sentimentos mais emergentes foram: ansiedade, medo, ambivalência, depressão e exaustão.</p>
<p>Contexto de saúde e trabalho de profissionais de enfermagem em tempos de pandemia do COVID-19</p>	<p>2023</p>	<p>Revista enfermería actual de costa rica</p>	<p>Analisar os contextos de saúde e trabalho de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19</p>	<p>A pandemia de COVID-19 fortaleceu um contexto de saúde e de trabalho crítico, amedrontado e inseguro da equipe de enfermagem brasileira, exacerbando a necessidade de providências, ações e políticas que considerem a saúde do trabalhador como estruturantes para a organização de serviços.</p>

Fonte: dados da pesquisa (2024).



DISCUSSÃO

Os objetivos deste estudo, que buscaram analisar o impacto da pandemia de COVID-19 na ansiedade de profissionais de enfermagem, permitiram identificar que aqueles com maior experiência tiveram responsabilidades acrescidas durante o período de contágio pelo SARS-CoV-2. Esses profissionais assumiram a função de capacitar colegas menos experientes, oferecendo treinamentos essenciais. A educação continuada dos enfermeiros é vital para assegurar tanto a qualidade do atendimento quanto a segurança do paciente, especialmente em cenários que envolvem mudanças tecnológicas e epidemiológicas constantes (SILVA, 2022).

A pandemia expôs a vulnerabilidade dos sistemas de saúde e reforçou a necessidade de um maior investimento em saúde pública (CHAN, 2022), assim como na saúde mental dos profissionais de enfermagem. Para garantir que esses trabalhadores continuem prestando cuidados de qualidade à população, é crucial que gestores, instituições de saúde e o governo implementem medidas que assegurem condições dignas de trabalho, além de oferecer o suporte físico e mental adequado.

O surto de COVID-19 impôs aos enfermeiros o desafio de lidar com um número elevado de mortes em um curto período, o que contribuiu para o desenvolvimento de problemas de saúde mental. A pandemia, com suas mudanças comportamentais e perdas previsíveis, aumentou os níveis de ansiedade na população (CEX, 2021).

A análise dos artigos mostrou que a ansiedade foi um dos problemas de saúde mental mais relevante sofrido pelos profissionais da área de enfermagem durante a pandemia, que pode ser explicado por vários fatores, como a sobrecarga de trabalho, a falta de EPI's, o medo de contaminar os familiares e o sofrimento emocional por causa da exposição frequente a situações de morte. As mortes por COVID-19 não se limitam a números em uma planilha. Cada vida perdida representa uma família enlutada e uma comunidade abalada (FAUCI, 2021)

A COVID-19 afetou a saúde mental dos enfermeiros, com um foco especial na síndrome de Burnout. A falta de equipamentos de proteção individual (EPIs) e o medo de contaminação criaram um ambiente de trabalho estressante e

inseguro. As condições diversas e a sobrecarga de trabalho contribuíram para o aumento dos níveis de estresse, ansiedade e depressão entre os enfermeiros, colaborando para o desenvolvimento da síndrome de Burnout. A pandemia nos mostrou a importância da solidariedade global (Merkel, 2021)

Além disso, a pandemia ampliou os problemas psicológicos, sobretudo entre os profissionais da enfermagem que atuavam na linha de frente. Ela se configurou como a crise de saúde pública mais complexa enfrentada em um século (GHEBREYESUS, 2020).

O período pandêmico, com sua grandeza global e a consequente disseminação do medo, expôs aos profissionais de enfermagem um risco elevado de contágio e a um sofrimento emocional significativo. Com isso, o Conselho Federal de Enfermagem tomou a iniciativa de oferecer suporte psicológico aos enfermeiros que atuam na linha de frente do combate à COVID-19. Um projeto de atendimento à saúde mental foi realizado e, nos primeiros trinta dias, mostrou a predominância de sentimentos como ansiedade, medo, depressão e exaustão entre os profissionais atendidos. A pandemia não é apenas uma crise de saúde, é uma crise humanitária (Guterres, 2020).

A maior emergência de saúde pública dos últimos anos foi a pandemia do novo coronavírus (COVID-19), onde havia preocupações quanto à saúde física e psicológica vivenciada pela população e pelos profissionais de saúde envolvidos. Para os profissionais a possibilidade de infectar a si mesmo e aos próprios familiares, a frustração por muitas vezes não conseguir salvar vidas, muitas vezes relacionadas diretamente com a limitação de recursos, apesar dos esforços, neste sentido destaca-se o fenômeno denominado como “traumatização secundária” em que pessoas que não sofreram diretamente com o trauma passam a apresentar sintomas psicológicos decorrentes da empatia por quem sofreu, esses profissionais também tendem a reportar culpa, raiva e frustração e tristeza, sugerindo a importância do apoio psicológico nesse contexto.

A exposição diária a situação crítica afetou de diversas formas o psicológico dos profissionais da enfermagem trazendo para eles o medo constante atrelado ao Covid-19, desencadeando; estresse, ansiedade, depressão e

isolamento. Os danos causados naqueles que estiveram durante o período afetaram não só a sua vida profissional, mas também a vida pessoal (Vieira, 2023).

Ressalta-se ainda as iniciativas adotadas pelo Conselho Federal de Enfermagem, como a oferta de apoio psicológico, suporte e orientação, que tiveram como objetivo minimizar os impactos negativos na saúde mental dos profissionais. Programas de apoio emocional, incluindo grupos de apoio e terapias, mostraram-se eficazes na redução dos níveis de estresse e Burnout entre os enfermeiros (SILVA, 2021).

CONCLUSÃO

A pandemia de COVID-19 alterou explicitamente o panorama dos cuidados de saúde, mostrando as fraquezas dos sistemas de saúde e o grande impacto que causa para os trabalhadores da linha de frente, especialmente os enfermeiros. O aumento da ansiedade e do esgotamento entre os profissionais de enfermagem é uma prova dos grandes desafios que tiveram durante esta crise.

Apesar de que a fase aguda da pandemia possa ter diminuído, as cicatrizes psicológicas continuam. É importante que tanto as instituições de saúde, os governantes e as organizações profissionais façam planos de longo prazo para ajudar na saúde mental e no bem-estar dos enfermeiros. Esses planos devem conter serviços de saúde mental de fácil acesso, trabalhos flexíveis e uma atenção ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

O presente estudo desta revisão mostraram que a pandemia da COVID-19 serviu como um aviso claro das fragilidades dos nossos sistemas de saúde. A grande pressão que é posta sobre os enfermeiros mostrou a necessidade de uma força de trabalho de saúde mais forte e defensível. Para fazer um sistema de saúde mais forte, é importante abordar os fatores implícitos que ajudaram para o esgotamento e os problemas de saúde mental entre os enfermeiros, tais como a carga de trabalho intensa e profissionais inexperientes. Quando é investido na saúde e no bem-estar dos enfermeiros, garantimos que estão preparados para prestar cuidados de qualidade aos pacientes.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO-DOS-SANTOS, T. A.; SANTOS, H. S.; MORAES, M. A.; MUSSI, F. C. Nursing Committee to Coping with COVID-19 in Bahia. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, Suppl 2, e20200469, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0469>. Acesso em: 03 ago. 2024.

BROOKS, S. K. *et al.* The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020. Disponível em: [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8). Acesso em: 13 mar. 2024.

CARVER, P. E.; PHILLIPS, J. Novel Coronavirus (COVID-19): what you need to know. **Workplace Health & Safety**, v. 68, n. 5, p. 250, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/2165079920914947>. Acesso em: 18 abr. 2024.

CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE PERNAMBUCO. Criada rede de apoio para cuidar dos profissionais de enfermagem na pandemia. **Cofen**. Disponível em: <https://www.cofen.gov.br/criada-rede-de-apoio-para-cuidar-dos-profissionais-de-enfermagem-na-pandemia/>. Acesso em: 18 abr. 2020.

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**, v. 73, Suppl 2, e20200434, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>. Acesso em: 10 abr. 2024.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Revista de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 9-11, 2014. DOI: 10.5935/1415-2762.20140001. Acesso em: 30 mar. 2024.

MONTIEL, J. M. *et al.* Caracterização dos sintomas de ansiedade em pacientes com transtorno de pânico. **Boletim da Academia Paulista de Psicologia**, v. 34, n. 86, p. 171-185, 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2014000100012. Acesso em: 29 mar. 2024.

NASCIMENTO FREIRE CAVALCANTE, Fernanda Lúcia *et al.* Depressão, ansiedade e estresse em profissionais da linha de frente da COVID-19. **Portuguese Journal of Mental Health Nursing**, n. 27, 2022.

Organização Mundial da Saúde (OMS). **Situação da enfermagem no mundo em 2020** [Online]. Genebra; 2020. Disponível em:



<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331673/9789240003293-eng.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2024.

OLIVEIRA, O.; SOARES, P. **O impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental das equipes de Enfermagem no Brasil e o enfrentamento frente a este desafio**: revisão integrativa. 2021. Disponível em: <tccRUNA.pdf (animaeducacao.com.br)>. Acesso em: 10 abr. 2024.

PENNA, Claudia Maria de Mattos; REZENDE, Gabrielli Pinho. Por trás das máscaras: reconstruções do cuidado de enfermeiros frente à COVID-19. **REM: Revista Ministra de Enfermagem**, p. e-e, 2021.

REYES, A. N.; FERMANN, I. L. Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 13, n. 1, p. 49-54, 2019. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.5935/1808-5687.20170008>. Acesso em: 15 mai. 2024.

SANT'ANA, S. M. S. **Ansiedade, depressão e qualidade de vida no trabalho em enfermeiros de hospitais públicos de médio e grande porte no município de Aracaju**. Lagarto: Universidade Federal de Sergipe; 2016 [citado 2020 ago 8]. Disponível em: https://ri.ufs.br/bitstream/riufs/8009/2/SILVIA_MARIA_DA_SILVA_SANT%e2%80%99ANA.pdf. Acesso em: 08 jun. 2024.

SCHMIDT, B. *et al.* Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia**, v. 37, e200063, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>. Acesso em: 30 mar. 2024.

SOUZA, A.; SOUZA, L. Enfermagem brasileira na linha de frente contra o novo coronavírus: quem cuidará de quem cuida? **Journal of Nursing and Health**, v. 10, n. 1, 2020.

TSUKUDA, Mariana Pereira; DINIZ, Leandra Prates; SHIOMATSU, Gabriella Yuka; NINOMIYA, Vitor Yukio; CARVALHO, Ricardo Tadeu de. **Saiba como se prevenir do coronavírus!** Blog Coronavírus da Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais. [Online]. 2020. Disponível em: <https://coronavirus.saude.mg.gov.br/blog/71-como-se-prevenir-do-coronavirus>. Acesso em: 12 abr. 2024.

VALÉRIA, N. *et al.* Trabalho de enfermagem na pandemia da COVID-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 42, p. e20200225, 3 fev. 2021.

VIEIRA, K. M. R.; VIEIRA JUNIOR, F. U.; BITTENCOURT, Z. Z. L. C. Repercussão da pandemia da COVID-19 na vida e trabalho de técnicos de enfermagem em UTI.



Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 44, e20230071, 2023. DOI:
<https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20230071.pt>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2022). **WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard**. Disponível em:
<https://covid19.who.int/region/amro/country/br>. Acesso em: 05 mai. 2024.

