

# Estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para enfermagem diante da pandemia da covid-19

*Prevention and promotion strategies in mental health for nursing in the face of the COVID-19 pandemic*

*Estrategias de prevención y promoción en salud mental para enfermería ante la pandemia del covid-19*

## Resumo

**Objetivo:** Identificar a produção científica sobre estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19. **Método:** Revisão integrativa da literatura. Realizaram-se consultas em maio de 2022 em sete recursos informacionais. **Resultados:** Identificaram-se 467 referências, dentre as quais, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 48 incluíram-se na síntese qualitativa, averiguando-se, assim, distintas estratégias, como: apoio psicossocial e psicológico; suporte institucional; autocuidado e autoajuste; comunicação e apoio da equipe de trabalho, família e amigos. Em conjunto, essas estratégias melhoram o estresse, diminuem a ansiedade e protegem a saúde mental dos envolvidos. **Conclusão:** Acolhimento, escuta ativa, reconhecimento social, oferta de serviços de saúde mental, melhorias na organização do trabalho e estímulo à adoção de hábitos de vida saudáveis são ações que podem ser adotadas por gestores no ambiente laboral com os profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19.

**Descritores:** Profissionais de Enfermagem; Enfermagem; Saúde Mental; Covid-19.

## Abstract

**Objective:** To identify the scientific production on mental health prevention and promotion strategies for nursing professionals in the face of the COVID-19 pandemic. **Method:** Integrative literature review. Consultations were held in May 2022 on seven information resources. **Results:** A total of 467 references were identified, among which, after applying the inclusion and exclusion criteria, 48 were included in the qualitative synthesis, thus verifying different strategies, such as: psychosocial and psychological support; institutional support; self-care and self-adjustment; communication and support from the work team, family and friends. Such strategies jointly improve stress, decrease anxiety, and protect the mental health of those involved. **Conclusion:** Welcoming, active listening, social recognition, offering mental health services, improvements in work organization, and encouraging the adoption of healthy lifestyle habits are actions that can be adopted by managers in the work environment with nursing professionals in the face of the COVID-19 pandemic.

**Descriptors:** Nurse Practitioners; Nursing; Mental Health; COVID-19.

## Resumen

**Objetivo:** identificar la producción científica sobre estrategias de prevención y promoción de salud mental para profesionales de enfermería ante la pandemia de covid-19. **Método:** revisión integrativa de literatura. En mayo de 2022 se realizaron consultas sobre siete recursos de información. **Resultados:** se identificaron 467 referencias y después de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, 48 fueron incluidos en la síntesis cualitativa, verificando diferentes estrategias, como: apoyo psicossocial y psicológico; apoyo institucional; autocuidado y autoajuste; comunicación y apoyo del equipo de trabajo, familia y amigos. Juntas, estas estrategias mejoran el estrés, reducen la ansiedad y protegen la salud mental de los involucrados. **Conclusión:** acogida, escucha activa, reconocimiento social, oferta de servicios de salud mental, mejora en la organización del trabajo y fomento de la adopción de hábitos de vida saludables son acciones que pueden adoptar los gestores en el trabajo con los profesionales de enfermería ante la pandemia de covid -19.

**Descriptores:** Enfermeras Practicantes; Enfermería; Salud Mental; Covid-19.

Fernanda Garcia Bezerra Góes<sup>1</sup>  
ID 0000-0003-3894-3998

Andressa Neto Souza<sup>2</sup>  
ID 0000-0002-8447-9906

Bianca da Silva Ornellas Corrêa<sup>1</sup>  
ID 0000-0001-6368-5877

Nátale Gabriele Ferreira Nunes<sup>1</sup>  
ID 0000-0001-5335-7140

Andressa Silva Torres dos Santos<sup>3</sup>  
ID 0000-0001-7142-911X

Fernanda Maria Vieira Pereira Ávila<sup>1</sup>  
ID 0000-0003-1060-6754

<sup>1</sup>Universidade Federal Fluminense (UFF), Rio das Ostras – RJ, Brasil

<sup>2</sup>Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Unirio), Rio de Janeiro – RJ, Brasil

<sup>3</sup>Universidade de São Paulo (USP), Ribeirão Preto – SP, Brasil

**Autor correspondente:**

Fernanda Garcia Bezerra Góes  
E-mail: ferbezerra@gmail.com

## INTRODUÇÃO

A *coronavirus disease 2019* (covid-19), causada pelo *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2), anunciada pela primeira vez em Wuhan, China, em 2019. A doença apresentou rápida e crescente transmissibilidade entre a população<sup>(1)</sup>. Em janeiro de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou emergência de saúde pública de interesse internacional, e, em março de 2020, a instituição declarou o estado de pandemia para a doença<sup>(2)</sup>. Diante desse cenário, o mundo tem vivenciado um período de intensos desafios na área da saúde. Assim, os profissionais de saúde precisam ser devidamente preparados para executar com qualidade e segurança suas atividades laborais, visando sua proteção física e mental, além de compreenderem seu papel fundamental no enfrentamento dessa pandemia<sup>(3)</sup>.

Entre tais profissionais, os atuantes na linha de frente são os mais vulneráveis ao adoecimento físico e mental, tanto pela possibilidade maior de infecção pela doença quanto pela exposição às distintas condições estressantes no ambiente de trabalho, agravadas pela pandemia, como a excessiva sobrecarga de trabalho. Ademais, por lidarem com sentimento de impotência, fracasso, angústia e medo diante desse agravo, além das perdas constantes entre pacientes, familiares e colegas de profissão, e todo o contexto desequilibrado em uma pandemia, esses profissionais tornam-se mais suscetíveis ao sofrimento psíquico<sup>(4)</sup>.

Nesse contexto, na área de enfermagem, os profissionais da linha de frente representam o maior contingente de recursos humanos nas instituições hospitalares, tendo como centro de seu trabalho o cuidado ao ser humano<sup>(5)</sup>. Frequentemente, as suas condições de trabalho já incluem jornadas extensas, ritmo intenso, desvalorização profissional, conflitos interpessoais e demais fatores estimulantes de desgastes físicos e psíquicos. Logo, diante da pandemia, essas condições são potencializadas pelo número de pessoas infectadas e pela escassez de equipamentos e insumos adequados, tornando,

assim, assustadora a execução do trabalho para as equipes<sup>(6)</sup>.

Segundo a OMS, a equipe de enfermagem, pressionada com a situação pandêmica, apresenta alto risco de adoecimento, acarretando significativos problemas de saúde mental, como o aumento dos casos da síndrome de burnout, além da ansiedade, depressão e estresse<sup>(1)</sup>. Logo, é necessário investir em estratégias preventivas de transtornos mentais e promotoras da saúde mental para esses profissionais em seu ambiente de trabalho. Nessa diretiva, este estudo justifica-se, pois, diante da contemporaneidade da pandemia da covid-19, as informações sobre tais estratégias estão dispersas na literatura, o que impõe a necessidade de uma busca sistematizada para que a síntese do conhecimento sobre o assunto possa ser apresentada.

Diante do exposto, tem-se a seguinte questão norteadora: Quais são as estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem na pandemia da covid-19? Para responder a essa pergunta é necessário um estudo que reúna e sintetize a produção científica disponível sobre o tema, o que, possivelmente, vai favorecer um melhor direcionamento de ações gerenciais, assistenciais e educacionais nos serviços de saúde em prol dos profissionais de enfermagem em tempos de pandemia. O objetivo deste estudo foi identificar a produção científica sobre estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19.

## MÉTODO

Revisão integrativa da literatura, a partir das seis etapas convergentes do método<sup>(7)</sup>. Após identificação do tema, formulou-se a questão de pesquisa, a partir do acrônimo PICo (P – População; I – Interesse; Co – Contexto) e, depois, consultaram-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e os Medical Subject Headings (MeSH terms), disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (Quadro 1).

**Quadro 1** – Estratégia PICo, DeCS e MeSH terms. Rio das Ostras, RJ, Brasil, 2022.

| Estratégia PICo |           |   | DeCS                        | MeSH term                 |
|-----------------|-----------|---|-----------------------------|---------------------------|
| PICo            | Variável  | Componente  |                             |                           |
| P               | População | Profissionais de enfermagem                         | Profissionais de enfermagem | Nurse practitioners       |
|                 |           |   | Enfermagem                  | Nursing                   |
| I               | Interesse | Estratégias de prevenção e promoção em saúde mental | Saúde mental                | Mental health             |
|                 |           |   | Adaptação psicológica       | Adaptation, psychological |
| Co              | Contexto  | Pandemia da covid-19                                | Infecções por coronavírus   | Coronavirus infections    |

Fonte: Elaboração nossa.

Assim, utilizou-se a seguinte questão de pesquisa para as buscas: Quais são os estudos disponíveis na literatura científica sobre estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19? A etapa de identificação dos estudos envolveu a busca de evidências científicas em diferentes recursos informacionais: Base de Dados da Enfermagem (BDENF); Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL); Scientific Electronic Library On-line (SciELO); Web of Science; PubMed (US National Institutes of Health's National Library of Medicine, NIH-NLM); e Scopus. Realizaram-se as buscas em maio de 2022 por meio do formulário de busca avançada, respeitando as singularidades de cada recurso, através de combinações em trio das terminologias com o operador booleano "AND" (Quadro 2).

Com base nos resultados dessas estratégias de busca, realizadas pela equipe de pesquisadores, passou-se à leitura flutuante dos títulos e resumos para a seleção prévia das publicações potencialmente elegíveis para o estudo. Assim, estabeleceram-se os seguintes critérios de inclusão: publicações disponíveis na íntegra

(revisões de literatura, artigos originais, estudos de casos, pareceres de autoridades, relatórios de especialistas, cartas ao editor e editoriais), em qualquer idioma, com o intuito de englobar uma maior quantidade de evidências para fundamentação do estudo e com recomendações para a enfermagem referentes à temática. Incluíram-se estudos publicados a partir de 2019, tendo em vista que o surto de covid-19 em Wuhan teve início em dezembro de 2019, assim como as investigações sobre temática. O critério de exclusão foi referente às produções não direcionadas ao foco da revisão. Realizaram-se as buscas e escolhas das obras em cada recurso informacional em duplas e de forma autônoma pelas autoras do estudo. Assim, a leitura dos títulos e resumos dos artigos encontrados (primeira etapa da seleção dos artigos), bem como sua seleção, foi executada por dois pesquisadores independentes, tendo como ferramenta de apoio e sistematização o Microsoft Word, no qual foi registrado, em ordem alfabética, os títulos dos artigos pré-selecionados. Vale ressaltar que quatro autoras participaram dessa fase.

Depois, passou-se para a leitura, na íntegra, dos artigos selecionados na primeira etapa. Como ferramenta para a análise dos dados, construiu-se um quadro analítico no Microsoft

Word, reunindo e sintetizando as principais informações dos estudos: ordem, ano, nível de evidência, título, autores, recurso informacional, periódico e área da revista, objetivo, método (tipo de estudo, cenário, participantes), local de realização e principais resultados (estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem). Os dados foram interpretados e comparados entre os textos por meio da agregação dos achados. Não houve utilização de gerenciadores de referências ou softwares de seleção dos artigos.

O nível de evidência foi identificado com base no delineamento do estudo pelos seguintes critérios: I para revisões sistemáticas e meta-análise de ensaios clínicos randomizados; II para ensaios clínicos randomizados; III para ensaios controlados não randomizado; IV para estudos caso-controle ou coorte; V para revisões sistemáticas de estudos qualitativos ou descritivos; VI para estudos qualitativos ou descritivos; e VII para parecer de autoridades

e/ou relatórios de comitês de especialistas. Essa hierarquia classifica os níveis I e II como fortes, III a V como moderados e VI e VII como fracos<sup>(8-9)</sup>. Cabe destacar que as discordâncias acerca da seleção dos artigos foram resolvidas por meio de um consenso entre as quatro pesquisadoras por meio do serviço de comunicação Google Meet, garantindo, assim, a consistência e validação interna dos achados.

## RESULTADOS

Os diferentes cruzamentos em trio geraram um universo de 467 títulos e resumos lidos, dos quais, identificaram-se, inicialmente, 112 publicações pela aproximação do tema (Quadro 2).

Em seguida, com a exclusão de 35 publicações duplicadas, foram lidas 77 na íntegra. Dessas, 48 estudos constituíram a amostra final, pois 29 foram excluídas por não responderem à questão de pesquisa (Fluxograma 1). Assim, o Quadro 3 apresenta as variáveis *código, título, país, fonte* e *objetivo* das publicações.

**Quadro 2** – Estratégias de busca e número de textos localizados e selecionados nos recursos informacionais. Rio das Ostras, RJ, Brasil, 2022.

| Recurso informacional | Estratégia de busca   | Localizado | Selecionado |
|-----------------------|---|------------|-------------|
| BDENF                 | profissionais de enfermagem [descriptor de assunto] and saúde mental [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto]          | 0          | 0           |
| BDENF                 | profissionais de enfermagem [descriptor de assunto] and adaptação psicológica [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto] | 0          | 0           |
| BDENF                 | enfermagem [descriptor de assunto] and saúde mental [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto]                           | 0          | 0           |
| BDENF                 | enfermagem [descriptor de assunto] and adaptação psicológica [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto]                  | 1          | 0           |
| LILACS                | profissionais de enfermagem [descriptor de assunto] and saúde mental [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto]          | 3          | 3           |
| LILACS                | profissionais de enfermagem [descriptor de assunto] and adaptação psicológica [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto] | 1          | 0           |

(Continua)

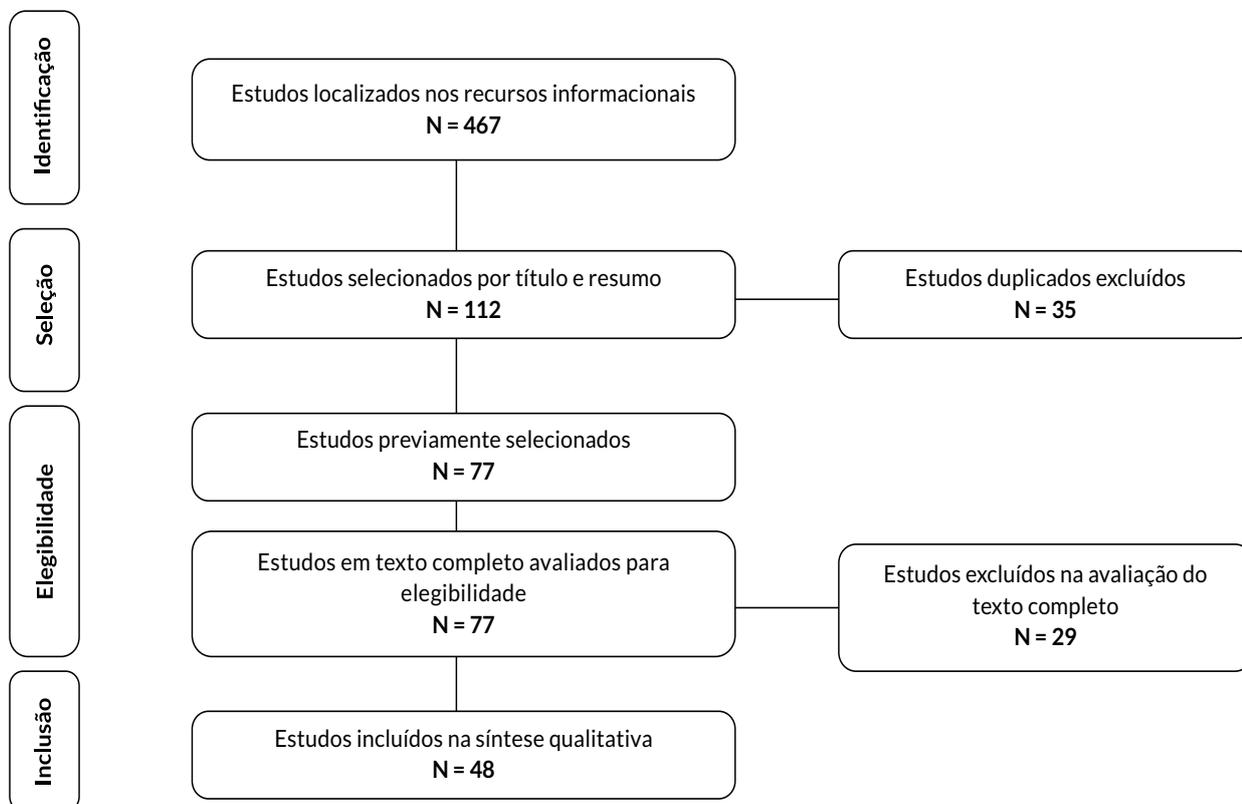
| Recurso informacional | Estratégia de busca  | Localizado | Selecionado |
|-----------------------|--|------------|-------------|
| LILACS                | enfermagem [descriptor de assunto] and saúde mental [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto]          | 4          | 2           |
| LILACS                | enfermagem [descriptor de assunto] and adaptação psicológica [descriptor de assunto] and infecções por coronavírus [descriptor de assunto] | 2          | 0           |
| Scopus                | (KEY [nurse AND practitioners] AND KEY [mental AND health] AND KEY [coronavirus AND infections])   | 2          | 0           |
| Scopus                | (KEY [nurse AND practitioners] AND KEY [adaptation, AND psychological] AND KEY [coronavirus AND infections])                               | 0          | 0           |
| Scopus                | (KEY [nursing] AND KEY [mental AND health] AND KEY [coronavirus AND infections])   | 47         | 8           |
| SCOPUS                | (KEY [nursing] AND KEY [adaptation, AND psychological] AND KEY [coronavirus AND infections])   | 17         | 3           |
| Web of Science        | Tópico: (nurse practitioners) AND tópico: (mental health) AND tópico: (coronavirus infections)   | 5          | 0           |
| Web of Science        | Tópico: (nurse practitioners) AND tópico: (adaptation psychological) AND tópico: (coronavirus infections)                                  | 0          | 0           |
| Web of Science        | Tópico: (nursing) AND tópico: (mental health) AND tópico: (coronavirus infections)   | 117        | 15          |
| Web of Science        | Tópico: (nursing) AND tópico: (adaptation, psychological) AND tópico: (coronavirus infections)   | 5          | 2           |
| CINAHL                | TX nurse practitioners AND TX mental health AND TX coronavirus infections  | 10         | 1           |
| CINAHL                | TX nursing AND TX health mental AND TX coronavirus infections  | 121        | 20          |
| CINAHL                | TX nurse practitioners AND TX adaptation, psychological AND TX coronavirus infections  | 1          | 0           |
| CINAHL                | TX nursing AND TX adaptation, psychological AND TX coronavirus infections  | 2          | 0           |
| SciELO                | (profissionais de enfermagem) AND (saúde mental) AND (infecções por coronavírus)   | 20         | 17          |
| SciELO                | (profissionais de enfermagem) AND (adaptação psicológica) AND (infecções por coronavírus)  | 2          | 2           |

(Continua)

| Recurso informacional | Estratégia de busca  | Localizado | Selecionado |
|-----------------------|--|------------|-------------|
| SciELO                | (enfermagem) AND (saúde mental) AND (infecções por coronavírus)  | 41         | 25          |
| SciELO                | (enfermagem) AND (adaptação psicológica) AND (infecções por coronavírus)   | 6          | 2           |
| PubMed                | ((nurse practitioners[MeSH Terms]) AND (mental health[MeSH Terms])) AND (coronavirus infections[MeSH Terms])             | 1          | 0           |
| PubMed                | ((nurse practitioners[MeSH Terms]) AND (adaptation, psychological[MeSH Terms])) AND (coronavirus infections[MeSH Terms]) | 1          | 0           |
| PubMed                | ((nursing[MeSH Terms]) AND (adaptation, psychological[MeSH Terms])) AND (coronavirus infections[MeSH Terms])             | 27         | 4           |
| PubMed                | ((nursing[MeSH Terms]) AND (mental health[MeSH Terms])) AND (coronavirus infections[MeSH Terms])                         | 31         | 8           |
| TOTAL                 |  | 467        | 112         |

Fonte: Elaboração nossa.

### Fluxograma 1 - Identificação, seleção e inclusão dos estudos. Rio das Ostras, RJ, Brasil, 2022.



Fonte: Elaboração nossa.

**Quadro 3** – Caracterização dos estudos para análise, segundo código, título, país, fonte, objetivo e nível de evidência. Rio das Ostras, Rio de Janeiro, Brasil, 2022.

| Código             | Título  | País           | Fonte                                    | Objetivo  | Nível de evidência |
|--------------------|---|----------------|--|---|--------------------|
| P1 <sup>(10)</sup> | "A cross-sectional study of mental health status and self-psychological adjustment in nurses who supported Wuhan for fighting against the COVID-19" | China          | JCN: Journal of Clinical Nursing         | Avaliar o estado de saúde mental, estressores e autoajuste de enfermeiros em enfermarias de isolamento em diferentes períodos em Wuhan, China   | VI                 |
| P2 <sup>(11)</sup> | "Addressing skilled nursing facilities' COVID-19 psychosocial needs via staff training and a process group intervention"                            | Estados Unidos | American Journal of Geriatric Psychiatry | Relatar a experiência de atendimento das necessidades psicossociais da enfermagem na covid-19 por meio do treinamento da equipe e de uma intervenção de grupo de processos  | VII                |
| P3 <sup>(12)</sup> | "Challenges faced by pediatric nursing workers in the face of the COVID-19 pandemic"  | Brasil         | Revista Latino-Americana de Enfermagem   | Identificar os desafios de profissionais de enfermagem pediátrica diante da pandemia da covid-19  | VI                 |
| P4 <sup>(13)</sup> | "COVID-19 and mental health: self-care for nursing staff"   | Estados Unidos | Nursing                                  | Abordar os possíveis problemas de saúde mental para os profissionais de saúde que podem surgir dessa pandemia, bem como opções de tratamento e atividades de autocuidado que promovem a recuperação   | VII                |
| P5 <sup>(14)</sup> | "Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during COVID-19 outbreak: a comparative study"                            | China          | PLoS One                                 | Explorar o status atual e a relação das respostas emocionais e estratégias de enfrentamento de enfermeiros, em todos os níveis, de hospitais na província de Anhui, China, durante o surto de covid-19 e compará-los com não linha de frente (estudantes de enfermagem) | VI                 |

(Continua)

| Código              | Título  | País      | Fonte   | Objetivo  | Nível de evidência |
|---------------------|---|-----------|---|---|--------------------|
| P6 <sup>(15)</sup>  | "Experiences of front-line nurses combating coronavirus disease-2019 in China: a qualitative analysis"            | China     | Public Health Nursing   | Explorar as experiências dos enfermeiros da linha de frente no combate à epidemia da doença por coronavírus-2019  | VI                 |
| P7 <sup>(16)</sup>  | "Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da covid-19: síntese de evidências"    | Brasil    | Comunicação em Ciências da Saúde                              | Identificar os principais efeitos psicológicos da pandemia da covid-19 nos profissionais de enfermagem; descrever os principais fatores capazes de gerar estresse psicológico nos profissionais de enfermagem; descrever as estratégias de enfrentamento para o combate ao estresse emocional | V                  |
| P8 <sup>(17)</sup>  | "Health professionals facing the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: what are the mental health risks?" | França    | L'Encéphale: la revue de référence en psychiatrie francophone | Fornecer informações atualizadas sobre os potenciais riscos à saúde mental associados à exposição de profissionais de saúde à pandemia de covid-19  | VI                 |
| P9 <sup>(18)</sup>  | "Learning from COVID-19 pandemic in northern Italy: impact on mental health and clinical care"                    | Itália    | Journal of Affective Disorders                                | Carta ao editor   | VII                |
| P10 <sup>(19)</sup> | "Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital"                              | Brasil    | Revista Brasileira de Enfermagem                              | Identificar a prevalência e os fatores associados à ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem que atuam no enfrentamento da covid-19 em hospital universitário   | VI                 |
| P11 <sup>(20)</sup> | "Mental well-being of nursing staff during the coronavirus disease 2019 outbreak: a cultural perspective"         | Paquistão | Journal of Emergency Nursing                                  | Carta ao editor   | VII                |

(Continua)

| Código              | Título   | País      | Fonte   | Objetivo   | Nível de evidência |
|---------------------|--|-----------|---|--|--------------------|
| P12 <sup>(21)</sup> | "Mitigating the psychological effects of COVID-19 on health care workers"                                    | Canadá    | International Journal of Environmental Research and Public Health | Sintetizar informações baseadas em evidências para desenvolver e avaliar rapidamente um pacote de aprendizado digital para apoiar o bem-estar psicológico de todos os profissionais de saúde           | VI                 |
| P13 <sup>(22)</sup> | "Necessity of attention to mental health of the front line nurses against COVID-19: a forgotten requirement" | Irã       | International Journal of Community Based Nursing and Midwifery    | Carta ao editor  | VII                |
| P14 <sup>(23)</sup> | "Nurses' mental health and well-being: COVID-19 impacts"   | Canadá    | Canadian Journal of Nursing Research                              | Editorial  | VII                |
| P15 <sup>(24)</sup> | "Physical and mental health impacts of COVID-19 on healthcare workers: a scoping review"                     | Paquistão | International Journal of Emergency Medicine                       | Resumir as evidências dos impactos na saúde física e mental da pandemia de covid-19 nos profissionais de saúde   | V                  |
| P16 <sup>(25)</sup> | "Projeto vida em quarentena: estratégia para promoção da saúde mental de enfermeiros diante da covid-19"     | Brasil    | Revista Enfermagem em Foco  | Relatar a experiência no desenvolvimento do projeto de extensão Vida em Quarentena com uma estratégia para a promoção da saúde mental de enfermeiros atuantes na linha de frente do combate à covid-19 | VII                |
| P17 <sup>(26)</sup> | "Protagonismo do enfermeiro na estruturação e gestão de uma unidade específica para covid-19"                | Brasil    | Texto e Contexto Enfermagem                                       | Relatar a experiência no processo de estruturação e gestão de uma unidade específica para covid-19, ressaltando o protagonismo do enfermeiro nas tomadas de decisão                                    | VII                |
| P18 <sup>(27)</sup> | "Psychological stress of ICU nurses in the time of COVID-19"   | China     | Critical Care   | Editorial  | VII                |

(Continua)

| Código              | Título   | País           | Fonte  | Objetivo   | Nível de evidência |
|---------------------|--|----------------|--|--|--------------------|
| P19 <sup>(28)</sup> | "The mental turmoil of hospital nurses in the COVID-19 pandemic"   | Estados Unidos | American Psychological Association                             | Editorial  | VII                |
| P20 <sup>(29)</sup> | "Work stress among Chinese nurses to support Wuhan in fighting against COVID-19 epidemic"                                      | China          | Journal of Nursing Management                                  | Investigar o estresse no trabalho entre enfermeiros chineses que apoiam Wuhan na luta contra a infecção pela doença de coronavírus 2019 (covid-19) e explorar os fatores de influência relevantes  | VI                 |
| P21 <sup>(30)</sup> | "Experiences and psychological adjustments of nurses who voluntariamente supported COVID-19 patients in Hubei province, China" | China          | Psychology Research and Behavior Management                    | Explorar as experiências e os ajustes psicológicos de enfermeiros que viajaram voluntariamente para a província de Hubei, China, para prestar apoio durante a epidemia de covid-19   | VI                 |
| P22 <sup>(31)</sup> | "A covid-19 e as estratégias de redução da ansiedade na enfermagem: revisão de escopo e meta-análise"                          | Brasil         | Texto e Contexto Enfermagem                                    | Mapear a produção do conhecimento sobre as estratégias utilizadas para o manejo da ansiedade em profissionais de enfermagem durante o enfrentamento da covid-19, da síndrome respiratória aguda grave (SARS) e da síndrome respiratória do Oriente Médio (MERS). | V                  |
| P23 <sup>(32)</sup> | "Post-traumatic stress and coping strategies of South African nurses during the second wave of the COVID-19 pandemic"          | África do Sul  | International Journal Environmental Research and Public Health | Investigar estratégias de estresse pós-traumático e enfrentamento de enfermeiros durante a segunda onda de covid-19 no país  | VI                 |
| P24 <sup>(33)</sup> | "Stressor combat strategies and motivating factors among health care service providers during COVID-19 pandemic"               | Índia          | Cureus   | Avaliar os estressores percebidos, estratégias de combate e fatores motivadores entre os prestadores de serviços de saúde durante a pandemia covid-19  | VI                 |

(Continua)

| Código              | Título   | País    | Fonte                            | Objetivo  | Nível de evidência |
|---------------------|--|---------|----------------------------------|---|--------------------|
| P25 <sup>(34)</sup> | "A infecção por coronavírus chegou ao Brasil, e agora?: emoções de enfermeiras e enfermeiros"  | Brasil  | Revista Brasileira de Enfermagem | Investigar as emoções de enfermeiras e enfermeiros acerca da infecção por coronavírus (covid-19)  | VI                 |
| P26 <sup>(35)</sup> | "Anxiety of nurses to support Wuhan in fighting against COVID-19 epidemic and its correlation with work stress and self-efficacy"          | China   | JCN: Journal of Clinical Nursing | Investigar a ansiedade dos enfermeiros que apoiam Wuhan na luta contra a infecção pela doença de coronavírus 2019 (covid-19) e explorar fatores de influência relevantes que podem encontrar em epidemias de infecção | VI                 |
| P27 <sup>(36)</sup> | "Covid-19 e as repercussões na saúde mental: estudo de revisão narrativa de literatura"  | Brasil  | Revista Gaúcha de Enfermagem     | Identificar as repercussões na saúde mental de grupos e populações no contexto da pandemia do novo coronavírus  | VI                 |
| P28 <sup>(37)</sup> | "Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19"  | Brasil  | Escola Anna Nery                 | Analisar a prevalência de sintomas depressão, ansiedade e fatores associados em profissionais da equipe de enfermagem durante a pandemia da covid-19  | VI                 |
| P29 <sup>(38)</sup> | "Determination of anxiety levels and perspectives on the nursing profession among candidate nurses with relation to the COVID-19 pandemic" | Turquia | Perspectives in Psychiatric Care | Determinar o nível de ansiedade dos enfermeiros candidatos e capturar sua perspectiva sobre a profissão de enfermagem à luz da pandemia da doença por coronavírus 2019 (covid-19)                                     | VI                 |
| P30 <sup>(39)</sup> | "Adoecimento mental na população geral e em profissionais de saúde durante a covid-19: revisão de escopo"                                  | Brasil  | Texto e Contexto Enfermagem      | Mapear a literatura sobre adoecimento mental na população geral e em profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19  | V                  |

(Continua)

| Código              | Título  | País    | Fonte                                    | Objetivo   | Nível de evidência |
|---------------------|---|---------|--|--|--------------------|
| P31 <sup>(40)</sup> | "Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus"   | Brasil  | Revista Gaúcha de Enfermagem             | Refletir sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pandemia de coronavírus.  | VII                |
| P32 <sup>(41)</sup> | "Estressores psicossociais ocupacionais e sofrimento mental em trabalhadores de saúde durante a pandemia de covid-19"               | Brasil  | Einstein (São Paulo)                     | Analisar os fatores associados ao sofrimento mental de trabalhadores de saúde que atuavam na assistência a pacientes com diagnóstico suspeito ou confirmado de doença pelo coronavírus 2019 (covid-19) | VI                 |
| P33 <sup>(42)</sup> | "Fatores associados à ansiedade em residentes multiprofissionais de saúde durante a pandemia de covid-19"                           | Brasil  | Revista Brasileira de Enfermagem         | Estimar a prevalência e os fatores associados à ansiedade entre residentes multiprofissionais em saúde durante a pandemia da covid-19  | VI                 |
| P34 <sup>(43)</sup> | "Fear of COVID-19 among nurses in mobile COVID-19 testing units in Greece"  | Grécia  | International Journal of Caring Sciences | Avaliar o nível de medo de covid-19 entre enfermeiros em unidades móveis de teste de covid-19 e compará-lo com características demográficas  | VI                 |
| P35 <sup>(44)</sup> | "Has COVID-19 taken a heavier toll on the mental health of ICU nurses?"   | Canadá  | Intensive and Critical Care Nursing      | Observar o impacto do primeiro surto de covid-19 e fatores de risco associados ao bem-estar mental de enfermeiros de UTI   | VI                 |
| P36 <sup>(45)</sup> | "Intervenções de saúde mental implementadas na pandemia de covid-19: quais são as evidências?"                                      | Brasil  | Revista Brasileira de Enfermagem         | Mapear as evidências sobre intervenções em saúde mental implementadas durante a pandemia de covid-19   | V                  |
| P37 <sup>(46)</sup> | "Letter to the editor: psychological support provided by national nursing associations in pandemic: Polish ICU nursing experiences" | Polônia | Psychiatria Polska                       | Carta ao editor  | VII                |

(Continua)

| Código              | Título   | País           | Fonte  | Objetivo   | Nível de evidência |
|---------------------|--|----------------|--|--|--------------------|
| P38 <sup>(47)</sup> | "Mental health status of medical staff in emergency departments during the coronavirus disease 2019 epidemic in China" | China          | Brain, Behavior, and Immunity                                  | Avaliar a saúde mental de equipe médica do departamento de emergência durante a epidemia na China  | VI                 |
| P39 <sup>(48)</sup> | "Mental wellness among psychiatric-mental health nurses during the COVID-19 pandemic"                                  | Estados Unidos | Archives of Psychiatric Nursing                                | Buscou descrever o bem-estar mental de enfermeiros psiquiátricos e elucidar os fatores relacionados ao bem-estar mental durante a pandemia de covid-19   | VI                 |
| P40 <sup>(49)</sup> | "O 'novo' da covid-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem?"                                       | Brasil         | Acta Paulista de Enfermagem                                    | Apreender os impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem diante das interações com o 'novo' da pandemia da covid-19                          | VI                 |
| P41 <sup>(50)</sup> | "Trabalho de enfermagem na pandemia de covid-19 e as repercussões para a saúde mental dos trabalhadores"               | Brasil         | Revista Gaúcha de Enfermagem                                   | Refletir sobre o contexto de trabalho dos profissionais de enfermagem na pandemia da covid-19 e as repercussões para a saúde mental desses profissionais | VII                |
| P42 <sup>(51)</sup> | "Public health policies and health-care workers' response to the COVID-19 pandemic, Thailand"                          | Tailândia      | Bulletin of the World Health Organization                      | Editorial  | VII                |
| P43 <sup>(52)</sup> | "Resilience, strength and unity: working together for a brighter future in these pandemic times"                       | Austrália      | Journal of the Australian Traditional-Medicine Society         | Editorial  | VII                |
| P44 <sup>(53)</sup> | "Safety and health protection of health care workers during the COVID-19 pandemic"                                     | Irã            | International Journal of Community Based Nursing and Midwifery | Carta ao editor  | VII                |
| P45 <sup>(54)</sup> | "Mental health in the time of COVID-19"  | Canadá         | BMJ Journals   | Carta ao editor  | VII                |

(Continua)

| Código              | Título  | País           | Fonte                   | Objetivo   | Nível de evidência |
|---------------------|---|----------------|-------------------------|--|--------------------|
| P46 <sup>(55)</sup> | "The association between fear of COVID-19 and mental health: the mediating roles of burnout and job stress among emergency nursing staff" | Estados Unidos | Wiley Nurse Open        | Examinar os papéis de mediação de burnout e estresse no trabalho na associação entre medo de covid-19 e saúde mental entre enfermeiros de emergência   | VI                 |
| P47 <sup>(56)</sup> | "A survey of mental health status of obstetric nurses during the novel coronavirus pneumonia pandemic"                                    | China          | Medicine (Baltimore)    | Investigar o estado de saúde mental de enfermeiras obstétricas e seus fatores de influência durante o período da epidemia do novo coronavírus de modo a fornecer referencial teórico para tomadores de decisão e gestores hospitalares | VI                 |
| P48 <sup>(57)</sup> | "Vivencias del personal de enfermería del Hospital San Juan de Dios de Tenerife en tiempos de covid-19"                                   | Espanha        | Cultura de los Cuidados | Conhecer as experiências da equipe de enfermagem nas unidades de internação de medicina interna, em tempos de covid-19, no Hospital San Juan de Dios, em Tenerife, a fim de descobrir medidas estratégicas de intervenção              | VI                 |

Fonte: Elaboração nossa.

Todas as publicações foram dos anos de 2020 e 2021. As analisadas foram, em sua maior parte, produzidas no Brasil (33,33%), China (18,75%), Estados Unidos (10,42%), seguidas por Canadá (8,33%), Paquistão (4,16%), Irã (4,16%) e, por fim, com 2,08% em cada um dos seguintes países: França, Itália, Grécia, Índia, Tailândia, Austrália, Turquia, Espanha, Polônia e África do Sul. Mediante os achados, verificou-se que a grande maioria dos estudos apresenta fraco nível de evidência, especialmente VI e VII, considerando a contemporaneidade da pandemia da covid-19. Por meio da análise crítica, geraram-se cinco categorias analíticas, as quais versaram sobre as estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem diante da pandemia

da covid-19: apoio psicossocial e psicológico; suporte institucional; autoajuste e autocuidado; comunicação e apoio da equipe de trabalho; e comunicação e apoio da família e dos amigos.

### Apoio psicossocial e psicológico

Entre as estratégias que favorecem a prevenção de transtornos mentais e a promoção da saúde mental entre profissionais de enfermagem que atuam na linha de frente no enfrentamento da covid-19, o apoio psicossocial e psicológico emergiu como elemento essencial, em distintas publicações, como forma de amenizar o estresse, diminuir a ansiedade e proteger a saúde mental.

De acordo com esses estudos, é imprescindível que as instituições de saúde disponham

de profissionais abertos à escuta ativa quando os profissionais de saúde solicitarem ajuda, buscando acolhê-los a fim de responder às suas necessidades com excelência, seja de forma presencial ou remota. Para tal, é preciso fornecer apoio psicossocial e psicológico em espaços apropriados, nos quais os profissionais possam expressar seus sentimentos, o que favorece sua resiliência mental para a atuação com qualidade em tempos de crise na saúde<sup>(3,10,12,14,17,19,22-23,25-26,28,31-32,36,38,52,56)</sup>.

Assim, estudos destacam que compreender os fatores de risco e os fatores protetores em relação à saúde mental é imprescindível e que diferentes tipos de apoios devem estar disponíveis aos profissionais<sup>(13,19,35,40,49,54)</sup>. Desse modo, células de escuta individuais podem ser implementadas em muitos estabelecimentos de saúde, utilizando a escuta ativa para as preocupações e solicitações das equipes na linha de frente, com objetivo de acolhê-las e respondê-las com prontidão, garantindo, assim, um ambiente de trabalho com confiança e respeito<sup>(13,17,26,41)</sup>. Exemplos práticos de escuta ativa visando amparar os trabalhadores de enfermagem brasileiros foram realizados pelo Conselho Federal de Enfermagem (Cofen), que disponibilizou atendimentos remotos para ajuda emocional<sup>(37,50)</sup>.

O reconhecimento social é essencial para apoiar psicossocialmente esses profissionais<sup>(51)</sup>. Nessa diretiva, ações de incentivo, valorização, motivação e apoio à equipe de enfermagem durante e após a pandemia, para proteger sua saúde mental, são fundamentais<sup>(12)</sup>. Logo, adotar treinamentos em estratégias de enfrentamento e resiliência torna-se um caminho possível<sup>(14,18)</sup>. Além disso, ter um canal de comunicação aberto com a chefia também é importante<sup>(13,23)</sup>.

No que se refere aos trabalhadores residentes, a elevada jornada semanal de trabalho e estudo, somada aos fatores estressores da covid-19, reforçam a necessidade de suporte psicológico aos profissionais de enfermagem<sup>(42)</sup>. Assim, triagem e identificação precoce de problemas de saúde mental entre os funcionários foram importantes e realizadas por equipe

especializada em um dos estudos<sup>(44)</sup>. Outras pesquisas destacam a importância de serviços de saúde mental disponíveis e de fácil acesso para esses trabalhadores. Ademais, eles precisam ser incentivados a procurar ajuda quando estiverem com a saúde mental debilitada<sup>(15,19)</sup>.

É relevante que o profissional de enfermagem procure apoio profissional do psicólogo caso tenha estresse psicológico que seja difícil de aliviar<sup>(27,30)</sup>. Portanto, é necessária a oferta de sessões regulares de aconselhamento psicológico para as equipes<sup>(20,54)</sup>, de preferência de modo precoce<sup>(13)</sup>. Ademais, programas de assistência que conectam enfermeiros aos profissionais de saúde mental para consultas remotas – além da implementação de primeiros socorros psicológicos e realização de reuniões diárias no início de cada mudança de turno com o objetivo de abordar problemas de saúde mental e aumentar o apoio psicossocial entre os colegas – também são estratégias promissoras em uma pandemia<sup>(18,28,48-49,53-54)</sup>.

Vale ressaltar que os empregadores e gerentes de saúde precisam assumir a responsabilidade geral de assegurar que todas as medidas preventivas e de promoção em saúde mental sejam efetivadas<sup>(53)</sup>, com atenção aos riscos para a síndrome de burnout em suas equipes, estabelecendo um ambiente que forneça suporte aos profissionais<sup>(48)</sup>. Assim, líderes e gerentes devem oferecer oportunidades de acesso aos aconselhamentos e outros serviços de apoio formal e encorajar sistemas de apoio entre colegas<sup>(23)</sup>. Ademais, o rastreamento clínico e monitoramento de ansiedade e dos agravos na saúde mental não podem deixar de ser realizados pelas instituições<sup>(17,31,49,54)</sup>, bem como é essencial a triagem de saúde mental para profissionais de saúde antes dos picos de casos<sup>(18)</sup>.

A relevância das associações nacionais no processo de garantia da prestação desses serviços de saúde mental aos profissionais de saúde é notória<sup>(46)</sup>. Assim, considera-se indispensável que os governos criem diretrizes gerais para a organização, a implementação e o monitoramento das políticas públicas voltadas

à saúde mental durante o período pandêmico<sup>(36)</sup>. Desse modo, o encaminhamento dos profissionais que apresentem qualquer sinal de estresse para psicoterapeutas, psiquiatras e psicólogos, incluindo o uso das metodologias à distância, é fundamental<sup>(16,22)</sup>. Contudo, o apoio presencial para lidar com a carga psicológica também é essencial<sup>(41)</sup>.

Por fim, é preciso iniciar um plano de contingência para o suporte psicossocial e psicológico pós-pandemia para os trabalhadores da enfermagem<sup>(25)</sup> para acompanhar o estresse psicológico durante e após essa crise<sup>(23)</sup>. Portanto, realizar uma ação global de proteção da categoria trabalhadora da saúde, em especial da enfermagem em seu processo de trabalho, contribuirá para a manutenção da saúde mental desse grupo<sup>(39)</sup>.

### Suporte institucional

Segundo as publicações consultadas, o suporte institucional também corrobora para a prevenção de transtornos mentais e a promoção da saúde mental entre os profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19 mediante distintas ações, como: informações claras e atualizadas, transporte, acomodação, educação, treinamento, infraestrutura, equipamentos e insumos e organização do trabalho; além da importância de conselhos confiáveis sobre o gerenciamento do estresse entre os profissionais, estratégias para ampliar a atuação do enfermeiro de maneira qualificada e protegida, compensações com o aumento nas gratificações e adicionais por turno em áreas de maior risco, quando possível, bem como a garantia de disponibilidade de rastreamento e testes rápidos para todos os trabalhadores, quando solicitado<sup>(12,17,22-23,41,44,49-51,53,56-57)</sup>.

As investigações afirmam que é fundamental a adoção de diretrizes gerenciais e regulação ética/legal para alocar corretamente os recursos humanos e materiais a fim de melhorar as condições de trabalho das equipes de saúde, fornecendo, assim, apoio logístico e distribuição justa das horas de trabalho semanais<sup>(12,21-23,44,47-49,53)</sup>.

Outro recurso é a alternância de funções mais ou menos estressantes, bem como associação entre profissionais experientes e novatos, além da permissão de horários de trabalho flexíveis para aqueles que estão afetados<sup>(17)</sup>. O aumento do número de funcionários também precisa ser considerado<sup>(44,53)</sup>.

Instituições de saúde devem dispor de pleno domínio a respeito dos efeitos do período pandêmico, oferecendo rápidas respostas sobre o manejo clínico e psicossocial da covid-19, reduzindo os impactos na saúde mental dos trabalhadores<sup>(42)</sup>. Logo, é importante a comunicação frequente dos serviços de prevenção e controle de infecção e outros órgãos de supervisão, de forma transparente<sup>(21)</sup>. Desse modo, outras estratégias para minimizar os efeitos maléficos da pandemia que se destacaram foram o conhecimento e o treinamento das equipes<sup>(12,36,53,58)</sup>, além do aconselhamento ao público a respeito da doença<sup>(10,12,14,16,18-19,21,24,26-27,29,32,39)</sup>.

No âmbito institucional, os enfermeiros precisam ser orientados a se ambientar com o novo ambiente de trabalho e suas rotinas o mais rápido possível, gerando mais eficácia em suas condutas práticas<sup>(27)</sup>, além de receberem informações sobre a comunicação com os pacientes e suas famílias acerca desse agravo<sup>(17)</sup>. Nessa diretiva, estudos<sup>(10,14,26,32,57)</sup> reiteram que os treinamentos das equipes de enfermagem constituíram uma ação com impacto positivo sobre o enfrentamento da covid-19. A literatura evidencia que desenvolver treinamentos clínicos com as equipes, sobretudo com métodos de ensino ativos e inovadores, é eficaz para aumentar a segurança das equipes e, reduzindo a ansiedade dos profissionais em lidar com algo novo.

Portanto, a educação e o treinamento devem ser consolidados em equivalência, incluindo prática de higienização das mãos, uso de equipamentos de proteção individual (EPI), desinfecção de enfermarias, gerenciamento de resíduos hospitalares e de exposição ocupacional, realização de triagem e rastreamento clínico regular entre os profissionais de enfermagem<sup>(10,15,27,36,37,50,51,54)</sup>, além do treinamento

direcionado à ampliação do conhecimento profissional, utilizado para aprofundar a compreensão da doença e as precauções-padrão<sup>(10,26,30,50,53,57)</sup>.

Além disso, é preciso desenvolver uma ampla gama de intervenções para bloquear a propagação de doenças infecciosas, como proibir a rotatividade das equipes de enfermagem que trabalham no setor de covid-19 para outros setores, tornando o ambiente de trabalho seguro e garantindo a segurança pessoal dos profissionais e dos pacientes<sup>(51)</sup>. Também é imprescindível a eficiência na conclusão das vacinações contra a covid-19 nos profissionais de saúde, bem como a oferta dos insumos para a higienização das mãos e dos EPI adequados para os profissionais como forma de segurança para execução de suas funções, evitando a propagação de infecções<sup>(14,23-24,26,32,36,38,42-44,51,53,55)</sup>.

Por fim, as investigações P6<sup>(15)</sup>, P14<sup>(23)</sup> e P20<sup>(29)</sup> descrevem a importância de um suporte institucional que garanta suprimentos para a vida diária, como refeições com alimentos saudáveis, aposentos para profissionais em isolamento, uniformes limpos e um lugar para que a equipe possa se banhar depois do trabalho, diminuindo também o risco de infecção. Também é importante a oferta de uma área de descanso confortável para os profissionais<sup>(15)</sup>.

A publicação P42<sup>(51)</sup> afirma que a oferta de proteção financeira para todos os profissionais de saúde contra eventos adversos resultantes do tratamento de pacientes positivos para a covid-19 na forma de cobertura de indenização fornecida por seguradoras se mostrou como um fator protetivo à saúde mental. Outros estudos apontaram acerca da importância da oferta de subsídios para minimizar os transtornos mentais da pandemia, como o seguro de danos/acidentes no trabalho, indenização familiar em caso de morte no local de trabalho e benefícios por incapacidade, em caso de desenvolvimento, relacionada à doença<sup>(10,12,30-33,35-36,38,57)</sup>.

Também se mostrou relevante o apoio aos familiares dos profissionais que compõem a equipe de enfermagem, conhecendo suas necessidades e dificuldades, oferecendo auxílio

para a resolução dessas questões sempre que possível<sup>(10,27)</sup>. Segundo o P45,<sup>(54)</sup> a equipe deve ser encorajada a refletir sobre suas experiências e considerar modos de implementar estratégias de autocuidado que aumentarão o seu bem-estar.

### Autoajuste e autocuidado

Outra forma de prevenir os transtornos mentais e promover a saúde mental entre os profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19 apontada com frequência nos estudos foi a capacidade de autoajuste e autocuidado<sup>(10-11,13,16,19,25,27,30-32,35,37,40,54)</sup>. O ajuste psicológico de si mesmo é útil para lidar com o estresse, aumentar o apoio psicossocial e melhorar a resiliência mental, permitindo a redução dos efeitos psicossociais negativos da covid-19<sup>(10)</sup>. Conhecer-se e tentar diferentes modos de agir até encontrar algo que se adapte melhor é fundamental, tendo em vista que cada pessoa reage de uma maneira diferente diante dos desafios e das dificuldades cotidianas nos ambientes de trabalho<sup>(13,34,57)</sup>. Portanto, dar atenção ao estímulo do autoajuste e do autocuidado é de extrema importância, impactando de modo positivo no apoio e na atenção aos pacientes<sup>(11)</sup> e auxiliando no aumento da eficiência e na melhoria da segurança clínica<sup>(10)</sup>.

Algumas estratégias para auxiliar nesses aspectos foram citadas, a saber: praticar exercício físico<sup>(10,37,40,50)</sup>; realizar atividades de lazer<sup>(10,29,35,37,40)</sup>; tomar medidas para o restabelecimento das reservas emocionais<sup>(11,13)</sup>; reduzir a carga de trabalho<sup>(16,27,44,47,53)</sup>; aprender a se desligar do trabalho aplicando um ritual para indicar o término após cada turno<sup>(13)</sup>; conversar com amigos<sup>(50)</sup>; realização de práticas integrativas complementares, como yoga, reiki, meditação, técnicas de relaxamento muscular e outras atividades para auxiliar na redução do estresse emocional<sup>(16,19,45,52)</sup>; alimentar-se e hidratar-se de forma adequada<sup>(13,50,52)</sup>; promover o fortalecimento da espiritualidade<sup>(16,34)</sup> e religiosidade, caso o profissional seja praticante<sup>(16,25)</sup>; fazer exercícios de respiração para aliviar a tensão e a ansiedade<sup>(29,31)</sup>; ouvir músicas<sup>(30)</sup>; repouso e descanso adequados<sup>(10,15,17-18,29,35,50)</sup>, pois, o baixo nível nos padrões de sono prejudica a tomada de decisão e o processamento de informações<sup>(13)</sup>; ver

o colega melhorando também é relatado como quebra-estresse<sup>(33)</sup>.

É preciso ainda explorar fatores que potencializam o bem-estar psicológico por meio de atividades envolvendo valores, como o altruísmo, a confiança na ciência, a crença em alguma fé e a esperança<sup>(25)</sup>. Não reprimir as emoções e não ignorar as experiências negativas, além de tentar preservar a rotina o mais semelhante ao considerado “normal”, também são estratégias válidas para os profissionais<sup>(16,27)</sup>. Saber reconhecer e descartar quaisquer pensamentos ou sentimentos negativos é uma boa possibilidade<sup>(13)</sup>. Outra sugestão é reduzir a leitura de notícias que possam causar ansiedade ou estresse, selecionando apenas fontes de informação confiáveis e com o intuito de se atualizar, evitando o “bombardeio desnecessário” de notícias, e fazer pausas no trabalho, inclusive quando em home office<sup>(40)</sup>.

### Comunicação e apoio da equipe de trabalho

Entre as estratégias preventivas e promotoras da saúde mental para os profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19 destacaram-se a comunicação, o apoio e o trabalho em equipe<sup>(10-13,16-17,20-26,32,41,44,50,57)</sup>. Assim, emergiram distintas estratégias nos estudos, dentre elas, o compartilhamento de ideias, sentimentos e problemas sobre como lidar com a situação<sup>(11)</sup>, a organização de reuniões remotas para aliviar a sensação de isolamento<sup>(44)</sup>, o trabalho em equipe em um ambiente harmonioso, com boas relações de trabalho, inclusive no que diz respeito à comunicação com as chefias<sup>(27,35,41,50)</sup> e a fortificação do apoio entre os profissionais de enfermagem são algumas das possibilidades para atenuar o efeito da pressão do trabalho acerca da saúde<sup>(17,29)</sup> e aliviar o estresse psicológico<sup>(12,41,44,50)</sup>.

P18<sup>(27)</sup>, P20<sup>(29)</sup> e P41<sup>(50)</sup> sugerem solicitar que os profissionais expressem suas emoções falando, desenhando, cantando e se exercitando, além de comunicar-se com colegas que tiveram a mesma experiência ou sentimentos semelhantes. Aconselham também compartilhar os sentimentos e as vivências com seus colegas

em tempo hábil, mesmo com aqueles que não vivenciaram a mesma situação, destacando como imprescindível desabafar emoções negativas.

Quinze publicações discorreram sobre a utilização de instrumentos de atendimento à distância (telefone) realizados por especialistas, visando a promoção da saúde mental dos profissionais de enfermagem, incluindo atividades em grupo<sup>(10-11,16,19,20,27,29,32,35,37,44-46,51,57)</sup>. Uma vez que esses profissionais devem ser apoiados e precisam manter a união, principalmente no enfrentamento da pandemia, é essencial que essa categoria se comunique regularmente por plataforma de comunicação on-line, como webchat<sup>(27,29)</sup> e telefone, os quais permitem uma escuta diferenciada, sigilosa e gratuita<sup>(10,19,27)</sup>. Outra ferramenta que pode contribuir para a diminuição dos efeitos prejudiciais à saúde mental são a realização de consultorias e avaliações on-line, até mesmo através de aplicativos<sup>(46)</sup>, além da utilização de jogos virtuais e intervenções focadas no suporte social<sup>(45)</sup>. É importante que os profissionais de centros de enfermagem qualificados e equipes de centros psiquiátricos realizem encontros periódicos de videoconferência de uma hora<sup>(11)</sup>.

O estudo P1<sup>(10)</sup> apresentou como alternativa a aplicação de pequenas aulas e palestras on-line destinadas a enfermeiras, de acordo com seus interesses. Além disso, destacou a importância da promoção de orientações sobre estratégias de enfrentamento por meio de canais on-line, realização de atividades, como palestras, orientação em grupo, aconselhamento individual, plataformas de rede, linhas diretas de aconselhamento psicológico, entre outras. Assim, o uso de tecnologias para compartilhar desafios e dividir angústias<sup>(16,40)</sup> possibilita o aumento da confiança dos profissionais no enfrentamento da doença<sup>(10)</sup>, além de permitirem a manutenção das relações sociais, preservando o distanciamento físico<sup>(20-21)</sup>.

### Comunicação e apoio da família e amigos

As publicações P1<sup>(10)</sup>, P7<sup>(16)</sup>, P8<sup>(17)</sup>, P18<sup>(27)</sup>, P20<sup>(29)</sup>, P21<sup>(30)</sup>, P22<sup>(31)</sup>, P28<sup>(37)</sup>, P31<sup>(40)</sup>, P38<sup>(47)</sup>, P47<sup>(56)</sup> e P48<sup>(57)</sup> compuseram essa categoria ao abordar

a importância da família e dos amigos no enfrentamento da pandemia da covid-19 pelos profissionais de enfermagem. Na perspectiva de alcançar a melhoria da resiliência mental, o estudo P1<sup>(10)</sup> ressalta que, uma das principais abordagens utilizadas em âmbito hospitalar é a comunicação com a família. Vale observar que o incentivo ao enfermeiro disponibilizado pela família e amigos é essencial durante o cenário pandêmico<sup>(56)</sup>. A investigação realizada pelo P38<sup>(47)</sup> afirma que o apoio familiar e social associado ao treinamento de habilidades psicológicas torna-se uma ação de fortalecimento e regulação do estado mental. Além disso, a prestação de um atendimento humanístico aos familiares dos enfermeiros também emergiu como um importante elemento<sup>(10)</sup>.

Pesquisas indicam o uso de redes sociais como via de comunicação com a família, e que esse contato seja mantido como uma estratégia de enfrentamento para promover a saúde mental desses profissionais durante a pandemia vivenciada, além disso, o fortalecimento do apoio social permite mitigar o efeito da tensão no trabalho sobre a saúde dos profissionais<sup>(10,16,19,35,37,56)</sup>. Há ainda recomendações para a realização de cursos à distância a respeito da prevenção de epidemias, tendo como palestrantes especialistas na área e como público alvo todos os familiares da equipe de saúde, conforme destaca o estudo P47<sup>(56)</sup>.

A investigação P20<sup>(29)</sup> enfatiza a interação com a família e os amigos, permitindo com que os enfermeiros adquiram apoio espiritual. Logo, essas interações sociais são indispensáveis para esses profissionais<sup>(52)</sup>. O hábito de conversar com amigos e familiares, mesmo que à distância, mostrou-se um fator que reduz a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem durante a pandemia de covid-19<sup>(37,50)</sup>.

## DISCUSSÃO

Os achados do presente estudo apontam que o apoio psicossocial e psicológico são estratégias essenciais para reduzir o estresse, a ansiedade e proteger a saúde mental dos profissionais de enfermagem, especialmente para aqueles

que fornecem cuidados de primeira linha para pessoas com covid-19. Portanto, neste cenário pandêmico, o suporte psicológico oportuno e o atendimento especializado adequado, incluindo tratamentos psiquiátricos, quando necessários, para os profissionais que têm, ou não, transtornos mentais estabelecidos precisam ser ofertados, o que corrobora com outros estudos<sup>(58-60)</sup>, visando assim reduzir, o mais precocemente possível, os impactos deletérios da pandemia na saúde mental dessas pessoas.

Com relação ao suporte institucional, destacou-se nesta pesquisa que um ambiente de trabalho satisfatório fornece subsídios à prevenção de transtornos mentais e à promoção da saúde mental entre os profissionais. Esses achados corroboram com a literatura que sinaliza a importância do trabalho realizado em condições adequadas para a geração de resiliência e força, além da manutenção da integridade física e emocional das equipes<sup>(61)</sup>. Desse modo, os profissionais almejam que as instituições forneçam apoio e suporte para o uso de máscaras, a higienização das mãos e a descontaminação das superfícies, com o aumento da quantidade de EPI e com a diminuição da sobrecarga emocional dos enfermeiros, sendo imprescindível o fornecimento de informações precisas e uma valorização profissional para que, nesse combate, o bem-estar fique fortalecido<sup>(62)</sup>, o que coaduna com os achados da revisão.

Nessa perspectiva, a pandemia da covid-19 trouxe consigo a necessidade do enfrentamento de diversos fatores relacionados às condições de trabalho, o que impactou na saúde mental dos profissionais de enfermagem. Acerca da reorganização do processo de trabalho dos enfermeiros, outras pesquisas, além das incluídas neste estudo, reforçam a importância de estratégias não só para reduzir o risco de transmissão, mas de ações contundentes para diminuir o sofrimento psíquico, o que se expressa em transtorno de ansiedade generalizada, distúrbios do sono, medo de adoecer e de contaminar colegas e familiares<sup>(59,63)</sup>.

Como o número de casos confirmados de covid-19 ainda aumenta, no Brasil e no mundo, o acesso aos EPI para profissionais de saúde

torna-se uma preocupação constante. Assim, a manutenção destes equipamentos nas instituições de saúde deve ser uma política de Estado, em que os governos devem se mobilizar para que a indústria nacional responda a esse desafio. Porém, outros estudos mostram que não é isso o que ocorre, na medida em que os preços dos EPI, especialmente máscaras e aventais descartáveis, tiveram importantes aumentos, associado ao desabastecimento do mercado<sup>(64)</sup>. Isso faz com que os profissionais de enfermagem sintam-se desprotegidos e tenham maiores dificuldades e insegurança para trabalhar na linha de frente da covid-19, o que pode afetar sua saúde mental.

No que diz respeito ao preparo dos profissionais quanto à assistência aos pacientes diagnosticados com covid-19, um relato de experiência apontou que muitos profissionais afirmam ter despreparo sobre a nova doença, ligado ao sentimento de incapacidade, uma vez que o tratamento é incerto e o risco de morte é grande, a depender do perfil do paciente<sup>(65)</sup>. Dessa forma, no Brasil, salienta-se a ação estratégica do Ministério da Saúde voltada à capacitação de profissionais da área para o enfrentamento da covid-19<sup>(60)</sup>, o que também condiz com os achados atuais.

Em consonância com os resultados apresentados, é importante haver cursos de capacitação profissional nesse contexto, visto que o treinamento contínuo e adequado é essencial no cotidiano desses trabalhadores, em especial para os que estão na linha de frente<sup>(58)</sup>. Vale ressaltar que sentimentos de insegurança e preocupação ainda circundam esses profissionais, pois, a ascensão de novas variantes do coronavírus e a falta de aderência por parte da população no que se refere às medidas preventivas, como a vacinação, prejudicam o enfrentamento da pandemia<sup>(66)</sup>.

No aspecto do conhecimento e treinamento das equipes, além do aconselhamento ao público a respeito da doença, os planos de educação direcionados aos serviços de saúde da comunidade, a criação de redes colaborativas voltadas à disponibilização de suporte técnico como forma pedagógica para capacitar

os profissionais, seja por meio de folhetos, workshops, disseminação de diretrizes, guias, aconselhamento, compartilhamento de atualizações técnicas ou desenvolvimento de estudos de caso, possibilitam a capacitação e a segurança dos profissionais para sua atuação laboral, colaborando para a redução dos níveis de ansiedade, desgaste mental e estresse<sup>(63)</sup>.

Contudo, um estudo do tipo relato de experiência sobre a gestão para o atendimento prestado a paciente confirmado ou com suspeita de covid-19 em um hospital regional, de médio porte, situado no Rio Grande do Sul, mostrou que, apesar da aplicação de treinamentos e simulações ofertados pela instituição para lidar com os procedimentos a serem seguidos com a nova doença, muitos ainda se mostraram inseguros. Portanto, o serviço de saúde deve fornecer capacitação contínua aos profissionais de saúde para a prevenção da transmissão de agentes infecciosos e para o uso correto e seguro dos EPI<sup>(67)</sup>.

Investigação realizada em um hospital da China corrobora com os achados evidenciados na presente pesquisa acerca da importância da comunicação e do compartilhamento de sentimentos e problemas. No cenário em questão, implementaram-se intervenções psiquiátricas e psicológicas por meio de atividades em grupo para os funcionários, com ambientes e atividades de relaxamento para o alívio do estresse, a implantação de visitas regulares de psicólogos na área de descanso para o compartilhamento de dificuldades e o fornecimento do apoio necessário à equipe, bem como a possibilidade de gravar suas rotinas em vídeo para compartilhar com seus familiares, a fim de diminuir as aflições<sup>(68)</sup>. Desse modo, é importante que esses profissionais permitam-se sentir reações emocionais mais intensas, redimensionando suas emoções por meio de empatia e doação de si, e que busquem manter o cotidiano o mais próximo possível do “normal”<sup>(69)</sup>.

Conforme apontado nos artigos incluídos nesta revisão, outras pesquisas assinalam que, no trabalho e fora dele, é essencial que o profissional cuide de suas necessidades básicas e de seu corpo, buscando se alimentar de forma adequada,

hidratar-se, dormir o tempo suficiente e com qualidade, não consumir álcool, tabaco ou outras drogas e procurando descansar nos dias de folga, além de realizar atividades de relaxamento, como práticas integrativas complementares envolvendo a técnica de respiração, filtragem no excesso de informações e separação de momentos para fazer o que gosta são importantes aliados contra o estresse e a ansiedade<sup>(70-71)</sup>.

A liderança com os demais profissionais da equipe de saúde, por meio de uma comunicação eficiente, a valorização do trabalho em equipe, o estímulo ao apoio entre os colegas de trabalho e a evolução das relações de trabalho estão entre as principais práticas de apoio social durante o período de pandemia, e permitem a compreensão do quanto elas são importantes e necessárias. Outros estudos também afirmam que, além da comunicação funcionar como uma forma de suporte entre os trabalhadores, ela também auxilia na percepção de possíveis problemas de saúde mental nessas pessoas, podendo ser um incentivo à busca por soluções antes de um possível agravamento<sup>(70-71)</sup>.

Cabe ressaltar que, o uso de plataformas digitais com intuito de possibilitar, ampliar e aumentar as relações interpessoais ocupou uma posição de relevância, visto que, diante da necessidade em continuar o atendimento realizado pelos profissionais da saúde direcionado ao paciente, o Ministério da Saúde regulamentou o uso de telemedicina durante o contexto da pandemia da covid-19 com intuito de ofertar os seguintes serviços: pré-clínica, suporte assistencial, consulta, monitoramento e diagnóstico em todo o sistema de saúde brasileiro<sup>(72)</sup>, o que está em consonância com as evidências nacionais e internacionais.

No Brasil, em março de 2020, foi publicada a Resolução CFP nº 4/2020, que permite a prestação de serviços psicológicos à distância após a realização do Cadastro e-Psi. Os atendimentos remotos são autorizados para as pessoas e os grupos em situação de urgência, emergência e desastre, bem como de violação de direitos ou violência, minimizando as implicações psicológicas diante da covid-19<sup>(73)</sup>.

Nesse sentido, uma pesquisa realizada em hospital central na China mostrou que, depois da consulta pela internet, as preocupações com a pandemia reduziram em participantes com reações psicológicas de estresse. O conhecimento deles sobre os sintomas, as vias de transmissão e as medidas preventivas da covid-19 aumentou após a consulta, evidenciando o papel importante dessa ferramenta em hospitais na resposta às emergências infecciosas de saúde pública por meio de sua rápida e oportuna disseminação de informações<sup>(74)</sup>. Assim, o atendimento psicológico à distância mostrou-se uma estratégia imprescindível para ser usada também pela enfermagem e por toda a equipe de saúde.

Em concordância com as ferramentas on-line utilizadas e seus benefícios abordados nesse estudo, outra intervenção, encontrada em outra pesquisa, é a implementação de atendimentos por telefone, mediante consentimento dos pacientes. Portanto, a contribuição desses métodos na atenção à saúde mental dos trabalhadores foi classificada como primordial na restauração do desgaste relacionado ao trabalho e da influência positiva referente ao autocuidado desses sujeitos<sup>(75)</sup>. O contato remoto pode oferecer diversos benefícios, como segurança emocional, autoavaliação e confiança, que são de suma importância ao auxiliar e contribuir para a melhoria da saúde mental dos trabalhadores diante de todo contexto de insegurança e medo, visto que a oferta de tecnologias cuidativas estabelece intervenções positivas para o bem estar psicossocial desses profissionais<sup>(76)</sup>.

Outrossim, é fundamental que os gestores estejam capacitados para lidar, da melhor maneira, com as consequências que a pandemia pode ocasionar entre os trabalhadores, especialmente os problemas referentes à saúde mental. Diante do exposto, promover distintas estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19 é de suma importância, tornando relevante enfatizar a necessidade de novos estudos e a atualização desta revisão no futuro, dada a contemporaneidade da pandemia.

Embora o objetivo proposto tenha sido alcançado por meio da síntese do conhecimento já produzido sobre o tema, na maioria dos estudos encontrados, os níveis de evidência são fracos, limitando a comparação dos achados e o reconhecimento das melhores estratégias a serem implementadas visando a prevenção e a promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19. Espera-se, portanto, que essa limitação impulse o desenvolvimento de futuras investigações sobre o tema.

## CONCLUSÃO

Os achados deste estudo indicam que os suportes psicossocial e psicológico, promovidos especialmente pelas instituições de saúde, além da comunicação com familiares, amigos e colegas de trabalho, são os principais modos de prevenir transtornos mentais e promover a saúde mental dos profissionais de enfermagem durante o enfrentamento da pandemia da covid-19, pois, eles reduzem o estresse, a ansiedade e protegem a saúde mental dos envolvidos. Ainda, o autoajuste e o autocuidado garantem uma melhor qualidade de vida em meio ao cenário vivenciado.

Portanto, as estratégias sintetizadas nesta pesquisa, como acolhimento, escuta ativa e reconhecimento social dos profissionais de enfermagem e a oferta de serviços de saúde mental, presenciais e/ou remotos, são essenciais nesse processo. Ademais, melhorias na organização do trabalho, incluindo a oferta de treinamentos contínuos e de equipamentos e insumos em quantidade e qualidade adequados também são estratégias que favorecem a prevenção de transtornos mentais e a promoção da saúde mental entre esses trabalhadores.

O estímulo ao autoajuste e ao autocuidado, incluindo a adoção de hábitos de vida saudáveis, a comunicação e o compartilhamento de sentimentos com familiares, amigos e colegas de trabalho, precisa ser adotado pelos gestores no ambiente laboral. Por fim, a utilização de instrumentos digitais, por meio da reorganização dos processos gerenciais, educacionais e assistenciais nas instituições de saúde, é essencial para garantir

um apoio singular e, assim, mitigar os impactos mentais gerados na saúde dos profissionais de enfermagem durante o enfrentamento da pandemia de coronavírus.

## REFERÊNCIAS

1. Humerez DC, Ohl RIB, Silva MCN. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia covid-19: ação do Conselho Federal de Enfermagem. *Cogitare Enferm.* 2020;25:e74115. DOI: [10.5380/ce.v25i0.74115](https://doi.org/10.5380/ce.v25i0.74115)
2. Cruz RM, Borges-Andrade JE, Moscon DCB, Micheletto MRD, Esteves GGL, Delben PB, et al. covid-19: emergência e impactos na saúde e no trabalho. *Rev Psicol Trab Organ.* 2020;20(2). DOI: [10.17652/rpot/2020.2.editorial](https://doi.org/10.17652/rpot/2020.2.editorial)
3. Filho JM, Assunção AA, Algranti E, Garcia EG, Saito CA, Maeno M. A saúde do trabalhador e o enfrentamento da covid-19. *Rev Bras Saúde Ocup.* 2020;45:e14. DOI: [10.1590/2317-6369ed0000120](https://doi.org/10.1590/2317-6369ed0000120)
4. Esperidião E, Saidel MGB, Rodrigues J. Saúde mental: foco nos profissionais de saúde. *Rev Bras Enferm.* 2020;73(Supl.1):e73supl01. DOI: [10.1590/0034-7167.202073supl01](https://doi.org/10.1590/0034-7167.202073supl01)
5. Freitas FMB, Vannuchi MTO, Haddad MCL, Silva LGC, Rossaneis MA. Hardiness e estresse ocupacional em enfermeiros gestores de instituições hospitalares. *Rev Enferm UFPE on-line.* 2017;11(Supl.10): 4199-205. DOI: [10.5205/1981-8963-v11i10a231183p4199-4205-2017](https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i10a231183p4199-4205-2017)
6. Miranda FMD, Santana LL, Pizzolato AC, Sarquis LMM. Condições de trabalho e o impacto na saúde dos profissionais de enfermagem diante da covid-19. *Cogitare Enferm.* 2020; 25:e72702. DOI: [10.5380/ce.v25i0.72702](https://doi.org/10.5380/ce.v25i0.72702)
7. Sousa LMM, Marques-Vieira CMA, Severino SSP, Antunes AV. A metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. *Rev Invest Enf.* 2017 [citado em 2022 jul 2];17-27. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/321319742\\_Metodologia\\_de\\_Revisao\\_Integrativa\\_da\\_Literatura\\_eem\\_Enfermagem](https://www.researchgate.net/publication/321319742_Metodologia_de_Revisao_Integrativa_da_Literatura_eem_Enfermagem)
8. Melnyk BM, Fineout-Overholt E. Evidence-based practice in nursing and healthcare: a guide to best practice. China: Wolters Kluwer/Lippincott Williams and Wilkins; 2011.
9. Góes FGB, Santos AST, Lucchese I, Silva LJ, Silva LF, Silva MA. Boas práticas no cuidado ao recém-nascido em tempos de covid-19: revisão integrativa. *Texto e Contexto Enferm.* 2020;29:e20200242. DOI: [10.1590/1980-265X-TCE-2020-0242](https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0242)

10. Chen H, Sun L, Du Z, Zhao L, Wang L. A cross-sectional study of mental health status and self-psychological adjustment in nurses who supported Wuhan for fighting against the COVID-19. *J Clin Nurs*. 2020;29:4161-70. DOI: [10.1111/jocn.15444](https://doi.org/10.1111/jocn.15444)
11. DeCaporale-Ryan L, Goodman J, Simning A, Press-Ellingham L, Williams L, Hasselberg M. Addressing skilled nursing facilities' COVID-19 psychosocial needs via staff training and a process group intervention. *Am J Geriatr Psychiatry*. 2020; 28(8):894-5. DOI: [10.1016/j.jagp.2020.04.023](https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.04.023)
12. Góes FGB, Silva ACSS, Santos AST, Pereira-Ávila FMV, Silva LJ, Silva LF, et al. Challenges faced by pediatric nursing workers in the face of the COVID-19 pandemic. *Rev Latinoam enferm*. 2020;28:e3367. DOI: [10.1590/1518-8345.4550.3367](https://doi.org/10.1590/1518-8345.4550.3367)
13. Gráinne C, D'Arcy G, Wlasowicz GK. COVID-19 and mental health: self-care for nursing staff. *Nursing*. 2020;50(9):60-3. DOI: [10.1097/01.NURSE.0000694840.11164.75](https://doi.org/10.1097/01.NURSE.0000694840.11164.75)
14. Huang L, Lei W, Xu F, Liu H, Yu L. Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during COVID-19 outbreak: a comparative study. *PLoS One*. 2020;15(8):e0237303. DOI: [10.1371/journal.pone.0237303](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237303)
15. Liu Y-E, Zhai Z-C, Han Y-H, Liu Y-L, Liu F-P, Hu D-Y. Experiences of front-line nurses combating coronavirus disease-2019 in China: a qualitative analysis. *Public Health Nurs*. 2020;37:757-63. DOI: [10.1111/phn.12768](https://doi.org/10.1111/phn.12768)
16. Barbosa DJ, Gomes MP, Souza FBA, Gomes AMT. Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da covid-19: síntese de evidências. *Comum Ciênc Saúde*. 2020 [citado em 2022 jul 2];31(Supl.1):31-47. Disponível em: <https://www.esccs.edu.br/revistaccs/comunicacaoemcienciasdasaude/article/view/651/291>
17. El-HageW, HingrayC, LemogneC, YrondiA, Brunault P, Bienvenu T, et al. Health professionals facing the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: were the mental health risks? *Encephale*. 2020;46(3):S73-S80. DOI: [10.1016/j.encep.2020.04.008](https://doi.org/10.1016/j.encep.2020.04.008)
18. Fusar-Poli P, Brambilla P, Solmi M. Learning from COVID-19 pandemic in northern Italy: impact on mental health and clinical care. *J Affect Disord*. 2020;275:78-9. DOI: [10.1016/j.jad.2020.06.028](https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.028)
19. Dal'Bosco EB, Floriano LSM, Skupien SV, Arcaro G, Martins AR, Anselmo ACC. Mental health of nursing in coping with COVID-19 at a regional university hospital. *Rev Bras Enferm*. 2020;73(Supl.2):e20200434. DOI: [10.1590/0034-7167-2020-0434](https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434)
20. Mukhtar S. Mental well-being of nursing staff during the coronavirus disease 2019 outbreak: a cultural perspective. *J Emerg Nurs*. 2020;46(4):426-7. DOI: [10.1016/j.jen.2020.04.003](https://doi.org/10.1016/j.jen.2020.04.003)
21. Wu PE, Styra R, Gold WL. Mitigating the psychological effects of COVID-19 on health care workers. *CMAJ*. 2020;192(17):E459-E460. DOI: [10.1503/cmaj.200519](https://doi.org/10.1503/cmaj.200519)
22. Puradollah M, Ghasempour M. Necessity of attention to mental health of the front line nurses against COVID-19: a forgotten requirement. *Int J Community Based Nurs Midwifery*. 2020;8(3):280-1. DOI: [10.30476/IJCBNM.2020.85889.1301](https://doi.org/10.30476/IJCBNM.2020.85889.1301)
23. Stelnicki AM, Carleton RN, Reichert C. Nurses' mental health and well-being: COVID-19 impacts. *Can J Nurs Res*. 2020;52(3):237-9. DOI: [10.1177/0844562120931623](https://doi.org/10.1177/0844562120931623)
24. Shaikat N, Ali DM, Razzak J. Physical and mental health impacts of COVID-19 on healthcare workers: a scoping review. *Int J Emerg Med*. 2020;13(40). DOI: [10.1186/s12245-020-00299-5](https://doi.org/10.1186/s12245-020-00299-5)
25. Oliveira EN, Costa MSA, Marques NS, Lomeo RC, Nascimento PIFV, Rodrigues CS, et al. Projeto vida em quarentena: estratégia para promoção da saúde mental de enfermeiros diante da covid-19. *Enferm Foco (Brasília)*. 2020 [citado em 2022 jul 2]; 11(1):162-7. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1116611>
26. Bitencourt JVOV, Meschial WC, Frizon G, Biffi P, Souza JB, Maestri E. Protagonismo do enfermeiro na estruturação e gestão de uma unidade específica para covid-19. *TextoeContextoEnferm*. 2020;29e20200213. DOI: [10.1590/1980-265x-tce-2020-0213](https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2020-0213)
27. Shen X, Zou X, Zhong X, Yan J, Li L. Psychological stress of ICU nurses in the time of COVID-19. *Crit Care*. 2020;24(200). DOI: [10.1186/s13054-020-02926-2](https://doi.org/10.1186/s13054-020-02926-2)
28. Nelson SM, Lee-Winn AE. The mental turmoil of hospital nurses in the COVID-19 pandemic. *Psychol Trauma*. 2020;12(S1):S126-7. DOI: [10.1037/tra0000810](https://doi.org/10.1037/tra0000810)
29. Mo Y, Deng L, Zhang L, Lang Q, Liao C, Wang N, et al. Work stress among Chinese nurses to support Wuhan in fighting against COVID-19 epidemic. *J Nurs Manag*. 2020;28(5):1002-9. DOI: [10.1111/jonm.13014](https://doi.org/10.1111/jonm.13014)
30. Cui S, Zhang L, Yan H, Shi Q, Jiang Y, Wang Q, et al. Experiences and psychological adjustments of nurses who voluntarily supported COVID-19 patients in Hubei province, China. *Psychol Res Behav Manag*. 2020;13:1135-45. DOI: [10.2147/PRBM.S283876](https://doi.org/10.2147/PRBM.S283876)
31. Pereira CF, Vargas D, Evangelista PA, Ito VD, Aguilar TF. A covid-19 e as estratégias de redução da ansiedade na enfermagem: revisão de escopo e meta-análise.

- Texto e Contexto Enferm. 2021;30: e20210015. DOI: [10.1590/1980-265X-TCE-2021-0015](https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2021-0015)
32. Engelbrecht MC, Heunis JC, Kigozi NG. Post-traumatic stress and coping strategies of South African nurses during the second wave of the COVID-19 pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(15):7919. DOI: [10.3390/ijerph18157919](https://doi.org/10.3390/ijerph18157919)
33. Srivastava A, Srivastava S, Upadhyay R, Gupta R, Jakhar K, Pandey R. Stressor combat strategies and motivating factors among health care service providers during COVID-19 pandemic. *Cureus*. 2021;13(4):e14726. DOI: [10.7759/cureus.14726](https://doi.org/10.7759/cureus.14726)
34. Eleres FB, Abreu RNDC, Magalhães FJ, Rolim KMC, Cestari VRF, Moreira TMM. Coronavirus infection has reached Brazil, what now? nurses' emotions. *Rev Bras Enferm*. 2021;74(Suppl.1):e20201154. DOI: [10.1590/0034-7167-2020-1154](https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1154)
35. Mo Y, Deng L, Zhang L, Lang Q, Pang H, Liao C, et al. Anxiety of nurses to support Wuhan in fighting against COVID-19 epidemic and its correlation with work stress and self-efficacy. *J Clin Nurs*. 2021;30(3-4):397-405. DOI: [10.1111/jocn.15549](https://doi.org/10.1111/jocn.15549)
36. Pavani FM, Silva AB, Olschowsky A, Wetzel C, Nunes CK, Souza LB. Covid-19 e as repercussões na saúde mental: estudo de revisão narrativa de literatura. *Rev Gaúch Enferm*. 2021;42(esp):e20200188. DOI: [10.1590/1983-1447.2021.20200188](https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200188)
37. Santos KMR, Galvão MHR, Gomes SM, Souza TA, Medeiros AA, Barbosa IR. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Esc Anna Nery Rev Enferm*. 2021;25:e20200370. DOI: [10.1590/2177-9465-EAN-2020-0370](https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0370)
38. Cici R, Yilmazel G. Determination of anxiety levels and perspectives on the nursing profession among candidate nurses with relation to the COVID-19 pandemic. *Perspect Psychiatr Care*. 2021;57(1):358-62. DOI: [10.1111/ppc.12601](https://doi.org/10.1111/ppc.12601)
39. Moreira WC, Sousa AR, Nóbrega MPSS. Mental illness in the general population and health professionals during COVID-19: a scoping review. *Texto e Contexto Enferm*. 2020;29:e20200215. DOI: [10.1590/1980-265X-TCE-2020-0215](https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0215)
40. Duarte MLC, Silva DG, Bagatini MMC. Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus. *Rev Gaúch Enferm*. 2021;42:e20200140. DOI: [10.1590/1983-1447.2021.20200140](https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200140)
41. Silva-Junior JS, Cunha AA, Lourenção DCA, Silva SM, Silva RFA, Faria MGA, et al. Estressores psicossociais ocupacionais e sofrimento mental em trabalhadores de saúde na pandemia de covid-19. *Einstein(São Paulo)*. 2021;19:eAO6281. DOI: [10.31744/einstein\\_journal/2021AO6281](https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2021AO6281)
42. Dantas ESO, Araújo Filho JD, Silva GWS, Silveira MYM, Dantas MNP, Meira KC. Factors associated with anxiety in multiprofessional health care residents during the COVID-19 pandemic. *Rev Bras Enferm*. 2021;74(1):e20200961. DOI: [10.1590/0034-7167-2020-0961](https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0961)
43. Galanis P, Petrogianni E, Vrakal, Konstantakopoulou O, Siskou O, Bilali A, et al. Fear of COVID-19 among nurses in mobile COVID-19 testing units in Greece. *Int J Caring Sci*. 2021;14(2):802-10. DOI: [10.1101/2021.07.05.21260037](https://doi.org/10.1101/2021.07.05.21260037)
44. Gormez A, Elbay RY, Cag Y. Has COVID-19 taken a heavier toll on the mental health of ICU nurses? *Intensive Crit Care Nurs*. 2021;65:103042. DOI: [10.1016/j.iccn.2021.103042](https://doi.org/10.1016/j.iccn.2021.103042)
45. Moreira WC, Sousa KHJF, Sousa AR, Santana TS, Zeitoune RCG, Nóbrega MPSS. Mental health interventions implemented in the COVID-19 pandemic: what is the evidence? *Rev Bras Enferm*. 2021;74(Suppl.1):e20200635. DOI: [10.1590/0034-7167-2020-0635](https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0635)
46. Ozga D, Krupa S, Mędrzycka-Dąbrowska W, Knap M, Witt P. Psychological support provided by national nursing associations in pandemic. *Polish ICU nursing experiences*. *Psychiatr Pol*. 2020;54(6):1269-72. DOI: [10.12740/PP/127936](https://doi.org/10.12740/PP/127936)
47. Song X, Fu W, Liu X, Luo Z, Wang R, Zhou N, et al. Mental health status of medical staff in emergency departments during the Coronavirus disease 2019 epidemic in China. *Brain Behav Immun*. 2020;88:60-5. DOI: [10.1016/j.bbi.2020.06.002](https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.06.002)
48. Kameg BN, Fradkin D, Lee H, Mitchell A. Mental wellness among psychiatric-mental health nurses during the COVID-19 pandemic. *Arch Psychiatr Nurs*. 2021;35(4):401-6. DOI: [10.1016/j.apnu.2021.05.003](https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.05.003)
49. Queiroz AM, Sousa AR, Moreira WC, Nóbrega MPSS, Santos MB, Barbossa LJH, et al. O 'novo' da covid-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem? *Acta Paul Enferm*. 2021;34:eAPE02523. DOI: [10.37689/acta-ape/2021AO02523](https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AO02523)
50. Souza NVDO, Carvalho EC, Soares SSS, Varella TCMM, Pereira SRM, Andrade KBS. Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. *Rev Gaúch Enferm*. 2021;42(esp):e20200225. DOI: [10.1590/1983-1447.2021.20200225](https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200225)
51. Nittayasoot N, Suphanchaimat R, Namwat C, Dejburi P, Tangcharoensathien V. Public health policies and health-care workers' response to the COVID-19

- pandemic, Thailand. *Bull World Health Organ.* 2021;99(4):312-8. DOI: [10.2471/BLT.20.275818](https://doi.org/10.2471/BLT.20.275818)
52. McEwen, B. Resilience, strength and unity: working together for a brighter future in these pandemic times. *JATMS.* 2021 [citado em 2022 Jul 2];27(2):78-83. Disponível em: <https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.053992683142581>
53. Bagheri S, Ghobadimoghadam S. Safety and health protection of health care workers during the COVID-19 pandemic. *Int J Community Based Nurs Midwifery.* 2020;8(4):362-3. DOI: [10.30476/IJCBNM.2020.86066.1319](https://doi.org/10.30476/IJCBNM.2020.86066.1319)
54. Heale R, Wray J. Mental health in the time of COVID-19. *Evid Based Nurs.* 2020;23(4):93. DOI: [10.1136/ebnurs-2020-103350](https://doi.org/10.1136/ebnurs-2020-103350)
55. Ahorsu DK, Lin C-Y, Marznaki ZH, Pakpour A. The association between fear of COVID-19 and mental health: the mediating roles of burnout and job stress among emergency nursing staff. *Nurs Open.* 2021;9(2):1147-54. DOI: [10.1002/nop2.1154](https://doi.org/10.1002/nop2.1154)
56. Li S, Chai R, Wang Y, Wang J, Dong X, Xu H, et al. A survey of mental health status of obstetric nurses during the novel coronavirus pneumonia pandemic. *Medicine (Baltimore).* 2021;100(52):e28070. DOI: [10.1097/MD.00000000000028070](https://doi.org/10.1097/MD.00000000000028070)
57. Balde C, Barrio Pelaz MA, Hernández DD, Rodríguez MNC, Muñoz AM. Vivencias del personal de enfermería del Hospital San Juan de Dios de Tenerife en tiempos de covid-19. *Cult Cuid.* 2021 [citado em 2022 Jul 2];60(1):55-71. Disponível em: <http://ciberindex.com/c/cc/601055cc>
58. Smith GD, Ng F, Li WHC. COVID-19: Emerging compassion, courage and resilience in the face of misinformation and adversity. *J Clin Nurs.* 2020;29(9-10):1425-8. DOI: [10.1111/jocn.15231](https://doi.org/10.1111/jocn.15231)
59. Gandra EC, Silva MF, Silva EST, Regly ICV, Silva CMR. Fatores de riscos assistenciais relacionados à contaminação de profissionais de enfermagem por covid-19: uma revisão da literatura. *Braz J Dev.* 2020;6(7):53348-60. DOI: [10.34117/bjdv6n7-833](https://doi.org/10.34117/bjdv6n7-833)
60. Oliveira WK, Duarte E, França GVA, Garcia LP. Como o Brasil pode deter a covid-19. *Epidemiol Serv Saúde.* 2020;29(2):e2020044. DOI: [10.5123/S1679-49742020000200023](https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000200023)
61. Machado MH, Santos MR, Oliveira E, Wermelinger M, Vieira M, Lemos W, et al. Condições de trabalho da enfermagem. *Enferm Foco (Brasília).* 2016;7:63-71. DOI: [10.21675/2357-707X.2016.v7.nESP.695](https://doi.org/10.21675/2357-707X.2016.v7.nESP.695)
62. Alves JCR, Ferreira MB. Covid-19: Reflexão da atuação do enfermeiro no combate ao desconhecido. *Enferm Foco (Brasília).* 2020;11(1):74-7. DOI: [10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3568](https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3568)
63. Teixeira CFS, Soares CM, Souza EA, Lisboa ES, Pinto ICM, Andrade LR, et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de covid-19. *Ciênc Saúde Colet.* 2020;25(9):3465-3474. DOI: [10.1590/1413-81232020259.19562020](https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020)
64. Medeiros EAS. A luta dos profissionais de saúde no enfrentamento da covid-19. *Acta Paul Enferm.* 2020;33:e-EDT20200003. DOI: [10.37689/acta-ape/2020EDT0003](https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020EDT0003)
65. Portugal JKA, Reis MHS, Barão EJS, Souza TTG, Guimarães RS, Almeida LS, et al. Percepção do impacto emocional da equipe de enfermagem diante da pandemia de covid-19: relato de experiência. *Rev Elet Acervo Saúde.* 2020;46(46):e3794. DOI: [10.25248/reas.e3794.2020](https://doi.org/10.25248/reas.e3794.2020)
66. Rosa TJL, Nascimento SM, Sousa RR, Oliveira DMN. Análise sobre a saúde mental dos profissionais de enfermagem no enfrentamento da covid-19: uma análise num hospital regional. *BRJD.* 2021;7(5):44293-317. DOI: [10.34117/bjdv7n5-042](https://doi.org/10.34117/bjdv7n5-042)
67. Rodrigues NH, Silva LGA. Gestão da pandemia Coronavírus em um hospital: relato de experiência profissional. *J Nurs Health.* 2020;10(4):e20104004. DOI: [10.15210/jonah.v10i4.18530](https://doi.org/10.15210/jonah.v10i4.18530)
68. Chen Q, Liang M, Li Y, Guo J, Fei D, Wang L, et al. Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry.* 2020;7(4):E15-E16. DOI: [10.1016/S2215-0366\(20\)30078-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30078-X)
69. Pereira MD, Torres EC, Pereira MD, Antunes PFS, Costa CFT. Emotional distress of nurses in the hospital setting in the face of the COVID-19 pandemic. *Res Soc Dev.* 2020;9(8):e67985121. DOI: [10.33448/rsd-v9i8.5121](https://doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5121)
70. Ramos-Toescher AM, Tomaschewisk-Barlem JG, Barlem ELD, Castanheira JS, Toescher RL. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de covid-19: recursos de apoio. *Esc Anna Nery Rev Enferm.* 2020;24(spe):e20200276. DOI: [10.1590/2177-9465-ean-2020-0276](https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0276)
71. Moreira AS, Lucca SR. Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao covid-19. *Enferm Foco (Brasília).* 2020;11(1). DOI: [10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3590](https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3590)
72. Sarti TD, Lazarin WS, Fontenelle LF, Almeida APSC. Qual o papel da Atenção Primária à Saúde diante da pandemia provocada pela covid-19? *Epidemiol Serv Saúde.* 2020;29(2):e2020166. DOI: [10.5123/S1679-49742020000200024](https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000200024)

73. Schmidt B, Crepaldi MA, Bolze SDA, Neiva-Silva L, Demenech LM. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (covid-19). *Estud Psicol.* 2020;37:e200063. DOI: [10.1590/1982-0275202037e200063](https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063)

74. Li L, Liu G, Xu W, Zhang Y, He M. Effects of internet hospital consultations on psychological burdens and disease knowledge during the early outbreak of COVID-19 in China: cross-sectional survey study. *J Med Internet Res.* 2020;22(8):e19551. DOI: [10.2196/19551](https://doi.org/10.2196/19551)

75. Kavoor AR, Chakravarthy K, John T. Remote consultations in the era of COVID-19 pandemic: preliminary experience in a regional Australian public acute mental health care setting. *Asian J Psychiatr.* 2020;51:102074. DOI: [10.1016/j.ajp.2020.102074](https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102074)

76. Silva RM, Moraes-Filho IM, Valóta IAC, Saura APNS, Costa ALS, Sousa TV, et al. Nível de tolerância nas relações de amizade em profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19. *REVISA.* 2020;9(esp.1):631-45. DOI: [10.36239/revisa.v9.nEsp1.p631a645](https://doi.org/10.36239/revisa.v9.nEsp1.p631a645)

---

#### Editores responsáveis:

Patrícia Pinto Braga | Editora Chefe

Aires Garcia dos Santos Junior | Editor Científico

**Nota:** Não houve financiamento por agência de fomento.

**Recebido em:** 08/10/2022

**Aprovado em:** 29/08/2023

#### Como citar este artigo:

Góes FGB, Souza AN, Corrêa BSO, et al. Estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para enfermagem diante da pandemia da covid-19. *Rev enferm Cent-Oeste Min.* 2023;13:e4805. DOI: [10.19175/recom.v13i0.4805](https://doi.org/10.19175/recom.v13i0.4805)