

ESGOTAMENTO EMOCIONAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Emanoela dos Santos Souza¹

Helvis Eduardo Oliveira da Silva²

Raimundo Monteiro da Silva Neto³

Jose Adelmo da Silva Filho⁴

Guilherme de Andrade Ruela⁵

Os profissionais da saúde representam uma classe que foi diretamente atingida em todos os aspectos, por esse novo paradigma. Houve um aumento dos sintomas de estresse, ansiedade e transtornos mentais mais severos como síndrome do pânico e depressão. Objetivou-se analisar na literatura os fatores que contribuem para o esgotamento emocional dos profissionais de enfermagem durante a pandemia da Covid-19. Trata-se de uma revisão da literatura do tipo narrativa, realizada nos meses de abril e maio de 2021 nas plataformas BVS, LILACS e MEDLINE, com o auxílio do operador booleano AND, e os DeCS: “Esgotamento emocional”, “Enfermagem” e “Pandemia da Covid-19”. Foram critérios de inclusão: artigos publicados em texto completo, nos idiomas português, inglês e espanhol que retrataram a temática e foram exclusivos artigos duplicados e que não responderam à pergunta de pesquisa após a leitura na íntegra. Foram encontrados 16 estudos, destes, 5 foram selecionados para compor a revisão. As atividades laborais durante a pandemia afetaram o estado psicológico dos profissionais com sentimento de exaustão física e sobrecarga emocional. Os profissionais relataram angústia e ansiedade devido à morte dos pacientes vítimas da Covid-19, outros fatores foram o questionamento constante se haveria leitos suficientes, equipamento de proteção individual e respiradores. Entre os profissionais que atuam nas unidades de cuidados intensivos foi relatado casos de inapetência, indigestão e até mesmo choro. Como forma de intervir e melhorar essa situação podem ser criados grupos terapêuticos com o apoio de psicólogos, e até mesmo com enfermeiros fazendo uma troca de experiências, dividindo seus medos e suas vitórias, como uma forma de amparo uns aos outros.

PALAVRAS-CHAVE: Esgotamento Emocional; Enfermagem; Pandemia da Covid-19.

¹ Enfermeira. Pós-graduanda em saúde da família pela Universidade Regional do Cariri (URCA). Membro do grupo de pesquisa clínica, cuidado e gestão em saúde (GPCLIN/CNPq/URCA). E-mail: emanoela-souza@hotmail.com

² Discente do 8º semestre do curso de graduação em enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA). Monitor da disciplina enfermagem em processo de cuidar em saúde mental. Membro do grupo de pesquisa clínica, cuidado e gestão em saúde (GPCLIN/CNPq/URCA). Bolsista PIBIC/URCA/FECOPE. E-mail: helvis.eduardo@urca.br

³ Discente do 9º semestre do curso de graduação em enfermagem do Centro Universitário de Juazeiro do Norte (UNIJUAZEIRO). Membro do grupo de pesquisa clínica, cuidado e gestão em saúde (GPCLIN/CNPq/URCA). E-mail: rmsneto_@outlook.com

⁴ Enfermeiro. Mestre em enfermagem (URCA). Doutorando em enfermagem (USP). Pesquisador do grupo de pesquisa clínica, cuidado e gestão em saúde (GPCLIN/CNPq/URCA). E-mail: adelmof12@gmail.com

⁵ Enfermeiro. Mestre em Saúde Pública (UFMG). Enfermeiro na Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Avançado Governador Valadares (MG). Membro do grupo de pesquisa clínica, cuidado e gestão em saúde (GPCLIN/CNPq/URCA). E-mail: guilherme.ruela@ufjf.edu.br

INTRODUÇÃO

Com a pandemia da Covid-19, declarada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em março de 2020, instaurou-se em todo o mundo um cenário de calamidade pública no que concerne ao enfrentamento dessa doença. Nessa situação, o cenário instituído pela doença se modifica de forma muito rápida, devido sua alta taxa de transmissibilidade, que provocou uma propagação em âmbito mundial (PANCANI, et al., 2020).

A Covid-19 é transmitida de indivíduo a indivíduo por gotículas de saliva, suspensas no ar ou em superfícies e objetos contaminados que entram em contato com a boca, nariz ou olhos de uma pessoa sadia (WHO, 2020). Assim, adotaram-se medidas essenciais para o enfrentamento como o isolamento social, uso do álcool em gel, para higienização das mãos, e máscaras para conter o aumento dos casos e mortes por essa patologia em todos os lugares do mundo, dando destaque para a importância da quarentena na restrição a circulação de pessoas contaminadas com o Sars-CoV-2 (Brooks et al., 2020).

Nesse cenário de crise sanitária global houve uma preocupação significativa com a saúde mental da população, possibilitando discussões pertinentes frente aos estresses e situações geradoras de sofrimentos psíquicos, dando um destaque para os profissionais de saúde no contexto da assistência hospitalar (FARO et al., 2020).

Diante da situação atual que o mundo está vivenciando e que precisou se adaptar cada vez mais rápido ao cenário de pandemia, onde todos os setores da sociedade foram pegos de surpresa, os profissionais da saúde representam uma classe que foi diretamente atingida em todos os aspectos, por esse novo paradigma. Perante o desconhecimento da doença houve a necessidade de adaptação muito rápida às novidades do quadro assistencial, o que contribuiu para o aumento de sintomas de estresse, ansiedade e transtornos mentais mais severos como síndrome do pânico e depressão (SOUZA et al., 2020).

Esses agravos têm acometido diretamente os enfermeiros, pois esses, assim como os demais profissionais, estão na linha de frente dos

principais cuidados contra o vírus. Os profissionais de enfermagem estão constantemente susceptíveis ao risco de contaminação devido à falta de recursos materiais suficientes para se proteger de forma efetiva, bem como o medo frente ao novo, e aliado a grande jornada de trabalho, que podem ser fatores predisponentes para o esgotamento mental dessa classe (DAL'BOSCO et al., 2020).

OBJETIVO

Analisar na literatura os fatores que contribuem para o esgotamento emocional dos profissionais de enfermagem durante a pandemia da Covid-19.

MATERIAIS E MÉTODO

Trata-se de um estudo de revisão da literatura do tipo narrativa, de natureza qualitativa, conduzida a partir da pergunta de pesquisa: “quais fatores tem contribuído para o esgotamento emocional dos profissionais de enfermagem durante a pandemia da Covid-19?”. A coleta dos dados ocorreu nos meses de abril e maio de 2021, nas plataformas: Biblioteca Virtual em Saúde, Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e *Medical Literature Analysis and Retrieval Sistem on-line*.

Utilizou-se na busca as palavras-chave e descritores em ciências da saúde (DeCS): “Esgotamento emocional”, “Enfermagem” e “Pandemia da covid-19”, cruzadas com o operador booleano “AND”. O período considerado foi de 2020 a 2021. Os critérios de inclusão foram: artigos publicados em texto completo, nos idiomas português, inglês e espanhol que retrataram a temática. Foram excluídos os artigos duplicados e os que não responderam à pergunta de pesquisa após leitura na íntegra.

O processo de busca e seleção dos artigos deu-se em quatro etapas. Na primeira busca utilizando apenas os DeCS, foram encontrados 16 artigos. Na segunda etapa, mediante os critérios de inclusão, foram encontrados 11 estudos. Na terceira etapa, onde foi realizada a leitura dos títulos e resumos foram selecionados 7 artigos. Na quarta etapa, foi realizada a leitura dos trabalhos na íntegra, sendo selecionados 5 artigos para compor a revisão.

Após todas as etapas descritas acima, foi feita a análise criteriosa dos artigos, destacando os pontos relevantes de cada um, levando em consideração o objetivo proposto da pesquisa, e dessa forma foi realizada a construção dos resultados obtidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pandemia da Covid- 19 foi algo novo e que causou bastante angústia na população, principalmente aos profissionais da saúde por lidar com um vírus até então desconhecido. A enfermagem por estar na linha de frente e ter um contato direto e contínuo com os pacientes acaba se expondo mais aos riscos de contaminação, o que gera um conflito interno, de angústias, medo, ansiedade e pressão psicológica (TEIXEIRA et al., 2020).

No estudo realizado por Pozo-Herce et al. (2021), foi demonstrado que o reflexo dos fatores psicológicos estavam presentes em uma porcentagem alta dos profissionais que participaram da pesquisa, onde mais de 90% relataram que o desenvolvimento da atividade laboral durante a pandemia afetou o seu estado psicológico com sentimentos de exaustão física e sobrecarga emocional.

Já o estudo conduzido por Galehdar et al. (2020) mostrou que os profissionais relataram angústia e ansiedade devido a morte dos pacientes vítimas da Covid- 19, uma situação inquietante, já que muitos desses pacientes desempenharam um papel não determinante na sua contaminação, e esses óbitos acabam impactando negativamente a saúde mental dos enfermeiros, causando um sentimento de impotência.

Para Rosa et al. (2020), inserir os profissionais da enfermagem nos cargos de direção e criar um forte grupo de trabalho com eles é uma forma de tentar conhecer de perto as demandas desses profissionais, a fim de evitar desgastes maiores como a Síndrome de *Burnout*, criando políticas a nível institucional para promover uma mudança cultural, proporcionando bem-estar à enfermagem que é a força de trabalho na luta contra a Covid-19.

Uma pesquisa realizada por Cacchione (2020), mostrou que os enfermeiros sofrem uma angústia moral diante o enfrentamento da Covid-19, tendo que lidar com conflitos relacionados a suprimento de materiais para

prestar assistência, equipamento de proteção individual, respiradores, dúvida se estarão disponíveis os leitos necessários para atender a demanda, sendo essas situações causadoras de angústia e preocupação.

No estudo de Shen et al. (2020) com 85 enfermeiros da cidade de Wuhan, foi observada uma manifestação de diminuição de apetite ou indigestão e choro frequente nos profissionais que atuavam em uma unidade de cuidados intensivos. Como forma de melhorar a qualidade de vida e trabalho, foram realizados grupos com o intuito que eles pudessem expressar esses sentimentos, conversar, trocar experiências e dessa forma conseguir superar esse momento de crise vivenciado.

Dado o exposto, é notório o quanto os profissionais da linha de frente, principalmente a equipe de enfermagem vêm sofrendo com os impactos da pandemia no seu contexto diário de trabalho, levando-os a precisar do apoio psicológico e de outros profissionais para ajudar a passar por essa crise mundial na saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista todos os resultados obtidos fica evidente o quanto a pandemia da Covid-19 tem afetado negativamente a saúde mental dos profissionais de enfermagem. O medo de contrair o vírus, a carga excessiva de trabalho, como também a preocupação com a possível falta de equipamentos de proteção individual foi algo bem comum observado nessa classe de trabalhadores.

Desse modo, fica claro o quanto a enfermagem precisa de suporte emocional e acolhimento nesse momento, já que é uma profissão que está presente diariamente no cuidado ao enfermo. Portanto, os impactos sofridos diante da situação vivenciada, se não tratados de forma adequada, podem vir a influenciar negativamente na assistência prestada.

Como forma de intervir e melhorar a situação de desgaste emocional, podem ser criados grupos terapêuticos com o apoio de psicólogos e até mesmo com enfermeiros, fazendo uma troca de experiências, dividindo seus medos e suas vitórias, como uma forma de amparo uns aos outros.

REFERÊNCIAS

BROOKS, S. K; WEBSTER, R. K; SMITH, L. E; WOODLAND, L; WESSELY, S; GREENBERG, N; RUBIN, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, 395(102227), 912-920. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8).

DAL'BOSCO E. B; FLORIANO L. S. M; SKUPIEN S. V; ARCARO, G; MARTINS A. R; ANSELMO A. C. C. Mental health of nursing incoping with COVID-19 at a regional university hospital. **Rev Bras Enferm**. 2020;73 (Supl 2) :e20200434. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>.

FARO, A; BAHIANO, M. de A; NAKANO, T. de C; REIS, C; SILVA, B. F. P; VITTI, L. S. (2020). COVID-19 and mental health: the emergence of care. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, 37, Article e200074. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>.

PANCANI, L; MARINUCCI, M; AURELI, N; RIVA, P. (2020). Forced social isolation and mental health: a study on 1006 Italians under COVID-19 quarantine. **PsyArXiv Preprints**. Disponível em: <https://doi.org/10.31234/osf.io/uacf>.

TEIXEIRA, C. F. S; SOARES, C. M; SOUZA, E. D; LISBOA, E. S; PINTO, I. C. M; ANDRADE, L. R. et al . A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciênc. saúde coletiva** [Internet]. 2020 Sep [cited 2020 Dec 27] ; 25(9): 3465-3474. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>.

WHO, World Health Organization. (2020a). (COVID-19) **situation reports** - 115. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200514-covid-19-sitrep-115.pdf?sfvrsn=3fce8d3c_6.