

PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL COM AGENTES COMUNITÁRIOS EM TEMPOS DE PANDEMIA

Kayron Rodrigo Ferreira Cunha¹, **Allana Rhamayana Bonifácio Fontenele**², **Kerolayne De Castro Fontenele**³, **Amanda Célis Brandão Vieira**⁴, **Nanielle Silva Barbosa**⁵

¹ Universidade Federal do Piauí (ikayron.kr@gmail.com)

² Universidade Federal do Piauí (allana_rhamayana@hotmail.com)

³ Universidade Federal do Piauí (kerolayne.amaral@hotmail.com)

⁴ Faculdade Estácio Teresina (amandinhacelis@gmail.com)

⁵ Universidade Estadual do Piauí (naniellesilvabarbosa@hotmail.com)

Resumo

Objetivo: Descrever a experiência de profissionais residentes em ações de promoção de saúde mental com Agentes Comunitários de Saúde. **Método:** Trata-se de um relato de experiência. Para sua elaboração, tomou-se como base a metodologia da Problematização proposta pelo Arco de Maguerez. A atividade foi trabalhada por uma equipe de profissionais residentes de um programa de residência multiprofissional em Saúde da Família de uma Instituição de Ensino Superior pública do estado do Piauí, mais precisamente, localizada na cidade de Parnaíba. A atividade ocorreu em Abril de 2021, em uma Unidade Básica de Saúde e teve duração de aproximadamente 60 minutos. **Resultados:** Os residentes identificaram algumas necessidades dos profissionais. Esse levantamento permitiu uma reflexão crítica sobre cada uma das situações-problema identificadas, o que culminou em uma discussão de onde se partiu a sugestão de desenvolver atividades que poderiam intervir na saúde e assim atenuar o desgaste vivenciado quanto profissionais de saúde. As etapas percorridas permitiram a construção de um plano de ações que reuniu as ideias de intervenções a serem aplicadas com e definiram como foco principal a promoção do autocuidado. A intervenção foi desenvolvida por meio de uma roda de conversa, realizada em um espaço que funcionava como uma sala de reuniões e, foi conduzida pelas categorias de Enfermagem, Psicologia e Fisioterapia, sendo dividida em quatro momentos distintos, descritos aqui para melhor compreensão: acolhimento, dinâmica, apresentação da temática e encerramento. **Considerações finais:** A intervenção para a promoção da saúde mental desenvolvida pelos profissionais residentes colaborou para resultados positivos. É preciso dar visibilidade aos impactos e consequências da pandemia na saúde física e mental a fim de dimensionar a magnitude deste evento sob diversas categorias bem como fortalecer e orientar o planejamento de ações de vigilância em saúde mental dos trabalhadores em saúde.

Palavras-chave: Saúde do Trabalhador; Saúde Mental; Promoção da Saúde.

Área Temática: Inovações e Tecnologias no Enfrentamento à COVID-19

Modalidade: Trabalho completo

1 INTRODUÇÃO

No final do ano de 2019, a cidade de Wuhan, localizada na província de Hubei, na China, presenciou os primeiros casos de uma pneumonia de causas até então desconhecidas. Em janeiro do ano seguinte, um novo tipo de coronavírus foi identificado por pesquisadores chineses, sendo denominado SARS-CoV-2. Este foi considerado o agente causador de uma síndrome respiratória aguda grave, que passou a ser reconhecida mundialmente como Covid-19 (KANG et al., 2020).

A nível nacional, no mês de fevereiro de 2020, foram identificados os primeiros casos e, a partir desse momento, as autoridades em saúde reuniram esforços para implementar ações com o intuito de conter e de mitigar o avanço da doença. Ainda em fevereiro, o país declarou Emergência de Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN) (CAVALCANTE et al., 2020).

Rapidamente, o vírus se espalhou pelo mundo, associada à isso, a inexistência de tratamentos específicos e eficazes, contribuiu para que medidas não farmacológicas se tornassem a opção principal para diminuir ou interromper a cadeia de transmissão da doença. Dentre essas medidas, adotou-se o distanciamento social, que incluiu o cancelamento de eventos em massa, fechamento temporário de escolas e locais de trabalho, bloqueio de fronteiras e a recomendação para a população permanecer em suas casas (ANDERSON et al., 2020; SILVA et al., 2020).

Além das condições patológicas específicas causadas pela Covid-19, há múltiplos reflexos nas condições de saúde mental. Reitera-se que, durante uma pandemia, é provável que seja vivenciada uma carga elevada de experiências e emoções negativas o que requer atenção especial às demandas psicológicas que podem emergir, enfatizando-se a necessidade de preservar o máximo possível a saúde psíquica da população (SILVA; SANTOS; OLIVEIRA, 2020; FARO et al., 2020).

Destaca-se também os riscos decorrentes de uma infinidade de informações falsas disseminadas pelas mídias sociais, as conhecidas ‘*fake news*’, aumentando os níveis de ansiedade relacionados à doença. O tipo de informação não fundamentada e a forma como ela é propagada pode gerar consequências mais ou menos positivas na saúde mental da população, em momentos de pandemia (DUARTE et al., 2020).

As incertezas em relação à duração do cenário pandêmico, a falta de tratamentos seguros e eficazes e medidas de controle por vezes insuficientes colaboram para afetar a dimensão psíquica da população o que pode contribuir para o surgimento de quadros de sofrimento e

adoecimento mental intensos. Essas consequências costumam ser frequentemente negligenciadas o que limita o enfrentamento e pode agravar a situação de saúde de pessoas acometidas pela Covid-19 (SOUZA; ANDRADE; CARVALHO, 2021).

Em relação à saúde mental de populações específicas, como os trabalhadores em saúde, constata-se que esse grupo está submetido à pressões excessivas decorrentes das exigências e responsabilidades pertinentes à cada profissão, das condições de trabalho por vezes inadequadas e do risco permanente de contágio devido exposição. Estes fatores contribuem para relatos de ansiedade, depressão, problemas de sono e angústia, sendo uma das categorias mais afetadas por doenças físicas e mentais (MULLER et al., 2020).

Portanto, este estudo visa contribuir com a produção e comunicação no meio científico a fim de embasar evidências para a compreensão dos efeitos da Covid-19 na saúde mental dos trabalhadores em saúde e para a busca de estratégias de enfrentamento da doença. Sendo assim, apresenta como objetivo descrever a experiência de profissionais residentes em ações de promoção de saúde mental com Agentes Comunitários de Saúde (ACS) durante o atual cenário mundial.

2 MÉTODO

Este estudo possui caráter qualitativo, descritivo, caracterizando-se como um relato de experiência. Para sua elaboração, tomou-se como base a metodologia da Problematização proposta pelo Arco de Magueréz. Tal instrumento metodológico propõe que o aprendizado seja construído mediante autonomia dos envolvidos e estímulo ao pensamento crítico e criativo. Estrutura-se em cinco etapas: observação da realidade, pontos-chaves, teorização, hipóteses de solução e aplicação à realidade (PRADO et al., 2012).

A atividade desenvolvida com a finalidade de promover a saúde mental de Agentes Comunitários de Saúde (ACS) foi trabalhada por uma equipe de profissionais residentes de um programa de residência multiprofissional em Saúde da Família de uma Instituição de Ensino Superior pública do estado do Piauí, mais precisamente, localizada na cidade de Parnaíba. A atividade ocorreu em Abril de 2021, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), durante a etapa de reconhecimento do território de atuação da residência, conhecida como territorialização e, teve duração de aproximadamente 60 minutos.

Em um primeiro momento, anterior a realização da ação, foi realizado um contato inicial com a coordenação da UBS a fim de convidar e solicitar a presença dos ACS para um encontro.

Nesse encontro houve as apresentações entre os residentes e os profissionais de saúde, o que contribuiu para a construção do vínculo entre a equipe e possibilitou a identificação de necessidades em saúde enumeradas pelos próprios trabalhadores. A partir disso, construiu-se um plano de ação, onde foi definido para ser trabalhado o tema autocuidado em saúde mental.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A saúde mental é indissociável a saúde física. O cotidiano dos profissionais que estão ligados a promoção do cuidado em plena pandemia está constantemente permeado por situações incerteza, tensões e angustias. Não obstante, esses profissionais se mostram vulneráveis ao sofrimento psíquico, uma vez que, enfrentando seus afazeres, estão expostos à desestabilização emocional. Logo, articular ações que promovam saúde mental, condições sociais e ocupacionais, nesse momento, é algo imprescindível (ESPERIDIÃO; SAIDEL; RODRIGUES, 2020).

A primeira etapa do Arco de Maguerez consiste na observação da realidade. No primeiro encontro entre a equipe multiprofissional da residência, participaram três residentes, um enfermeiro, uma fisioterapeuta, uma psicóloga e dez ACS. Houve apresentações entre eles. Em seguida, por meio de uma roda de conversa, os trabalhadores compartilharam suas experiências, perspectivas e sentimentos em relação a sua prática laboral em tempos de pandemia.

Apesar desse evento de saúde pública, a ESF precisou garantir a longitudinalidade e continuidade do cuidado. Com isso, a figura do ACS ganhou ainda mais notoriedade, sendo estes trabalhadores responsáveis por reconhecer as demandas e identificar as peculiaridades do território onde atuam, sendo suas ações de vigilância em saúde como, conscientização, engajamento e sensibilização da comunidade, fundamentais para reduzir a morbimortalidade ocasionada por essa nova doença (BRASIL, 2020).

Os relatos coletados contribuíram para a listagem dos pontos-chaves, segunda etapa do Arco de Maguerez, que contribuíram para a idealização da intervenção em saúde. Os residentes identificaram algumas necessidades dos ACS a partir de suas falas, entre elas: incerteza, sobrecarga, fadiga, estresse, desmotivação, problemas com o sono, além da preocupação com a saúde dos seus familiares devido ao medo de levar o vírus do trabalho para casa. Observa-se os impactos negativos que esses sinais e sintomas podem gerar, principalmente prejuízos a qualidade de vida, o que pode desencadear barreiras no seu desempenho profissional e muitas vezes no âmbito pessoal (DANTAS, 2021; RUPERT; DOROCIAK, 2019).

Alguns estudiosos demonstram com suas pesquisas e investigações, que durante grandes epidemias, o medo generalizado tomou conta e desencadeou reações desproporcionais em toda a população, contribuindo para o aumento das queixas de sintomas relacionados à ansiedade, depressão e estresse pós-traumático, que podem trazer implicações incalculáveis. Entretanto, no contexto da atual pandemia da Covid-19, a atenção dos pesquisadores, serviços de saúde, gestores e da mídia costuma ser direcionado aos aspectos biológicos da doença, direcionando pouca atenção ou subestimando os impactos psicossociais (NABUCO; OLIVEIRA; AFONSO, 2020).

Esse levantamento permitiu aos residentes uma reflexão crítica sobre cada uma das situações-problema identificadas, o que culminou em uma discussão de onde se partiu a sugestão de desenvolver atividades que poderiam intervir na saúde dos ACS e assim atenuar o desgaste vivenciado quanto profissionais de saúde.

A terceira etapa do Arco de Magueretz, teorização, exige uma investigação aprofundada, na literatura, de evidências científicas que ofereçam embasamento teórico necessário para o planejamento das ações a serem desenvolvidas e fundamentação das ideias e sugestões a serem trabalhadas coletivamente, possibilitando, com isso, a busca de hipóteses e soluções para as necessidades elencadas, quarta etapa do arco.

As etapas percorridas até aqui permitiram a construção de um plano de ações que reuniu as ideias de intervenções a serem aplicadas com os ACS e definiram como foco principal a promoção do autocuidado, a ser trabalhado de maneira conjunta e dinâmica. O intuito principal foi promover a saúde mental do envolvidos e atenuar o desgaste profissional vivenciado.

Situações que provocam precariedade nas condições de trabalho podem levar ao adoecimento do profissional, sendo uma realidade comum à diversas áreas. Assim sendo, cabe aos gestores em saúde assegurar meios dignos e seguros a todos os trabalhadores para que sua saúde seja garantida, principalmente nesse momento de pandemia, no qual o risco biológico de contaminação é um dos desafios para os profissionais de saúde e da gestão do trabalho (VEDOVATO et al., 2021).

O processo de trabalho durante a pandemia trouxe consigo demandas desafiadoras e embaraçosas, exigindo maior dedicação e envolvimento dos profissionais de saúde em sua atuação e no cuidado com o próximo. Essas exigências podem levar o profissional a negligenciar o cuidar de si mesmos. Estudos enfatizam que para ser um bom trabalhador da saúde deve-se olhar para si também como prioridade, procurando respeitar seus sentimentos, emoções, paradigmas e limitações para, a partir disso, cuidar do outro (SANSÓ et al., 2015).

A partir disso, idealiza-se a importância do autocuidado, definido como a capacidade que uma pessoa tem em regular seu próprio funcionamento e desenvolvimento. Caracteriza-se como uma função de regulação que possibilita ao indivíduo exercitar sua autonomia na promoção de ações que favoreçam sua saúde e bem-estar e previnam agravos. É importante destacar que aspectos espirituais, físicos, mentais e sociais, devem ser levados em consideração e estão diretamente envolvidos na promoção da qualidade de vida (TOSSIN et al., 2016; GARCIA; CARDOSO; BERNARDI, 2019).

As práticas educativas em saúde são ferramentas que propiciam a autonomia dos indivíduos, onde esse se torna o personagem principal no que condiz ao seu processo saúde-doença, assumindo responsabilidades sobre suas decisões. A educação em saúde abre portas para as ações de promoção, prevenção e recuperação, o que colabora para a garantia da qualidade de vida do ser humano. A utilização dessas práticas busca modificar o modelo de atenção à saúde médico hegemônico. Diante disso, ações realizadas por pessoas no dia a dia para se prevenir, controlar ou reduzir o impacto das condições sensíveis à sua saúde, caracterizam formas de autocuidado (TOSSIN et al., 2016; MOYSES; FILHO; MOYSES, 2013).

Na semana posterior ao primeiro encontro, os ACS foram convidados a retornar à UBS a fim de participarem da ação educativa que foi intitulada: “Cuidar de mim é cuidar do outro”. A intervenção foi desenvolvida por meio de uma roda de conversa, realizada em um espaço que funcionava como uma sala de reuniões e, foi conduzida pelas categorias de Enfermagem, Psicologia e Fisioterapia, sendo dividida em quatro momentos distintos, descritos aqui para melhor compreensão: acolhimento, dinâmica, apresentação da temática e encerramento.

O ato de acolher alguém o prepara para participar da proposta de construção conjunta do conhecimento. Ajuda-o a exercitar o ouvir e o falar, a se libertar de padrões e se expressar mais confortavelmente, consciente do que o que ele traz é importante. Acolher é uma prática de humanização necessária para o cuidado, pois valoriza o protagonismo e a dignidade do ser humano, fortalecendo a confiança entre os profissionais e a comunidade (SIMÕES; MOREIRA, 2013).

Para iniciar o momento, os participantes foram acolhidos com a música *Cuidar do outro é cuidar de mim*, do cantor e compositor Ray Lima. A música é um poderoso instrumento de interação e participação, bem como permite uma breve introdução à temática, formando laços de afeto e amorosidade consigo e com o outro. É uma alternativa terapêutica que utiliza dos

sons e seus variados elementos no processo curativo e preventivo, além de estimular a cognição e efeitos a nível do sistema nervoso (ANJOS et al., 2017).

Após o acolhimento, os ACS foram convidados a participar de uma dinâmica. Essa forma de interação enfatiza que para se intervir e educar em saúde se deve levar em consideração o pensamento e o de viver dos envolvidos, evitando que a educação em saúde seja assimilada apenas a transmissão de informações, ‘de alguém que sabe mais para aquele que sabe menos’. Isso é uma caracterização errônea, pois descarta a validade do saber e da contribuição popular para a troca de experiências e conhecimentos ampliados (MALLMANN et al., 2015).

Os facilitadores distribuíram folhas de papel coloridas e pinceis e pediram que cada participante respondesse, com uma palavra, uma pequena frase ou um desenho, a seguinte pergunta disparadora: o que você faz para cuidar de si mesmo? Essa palavra deveria ser escrita na folha e depois colocada no chão, formando um ‘caracol de palavras’. Algumas das principais respostas que essa atividade gerou foram as seguintes: leitura, música, canto, passear, fazer compras no shopping, viajar, estudar, amor, ler poesia, dança, estar com a família, se apaixonar e conversar.

A partir desse breve momento, prosseguindo com a temática, os profissionais residentes apresentaram algumas discussões sobre a importância da prática do autocuidado para favorecer a saúde mental. Saúde é um bem coletivo, onde cada indivíduo deve desfrutá-la de forma individualizada, sem nenhum prejuízo ao outro. A rotina agitada que a sociedade adota hoje em dia para atingir metas e padrões de vida, faz com que muitas vezes esqueçam de cuidar da sua própria saúde. Contudo, há certa resistência do indivíduo, quando está aparentemente bem e saudável, não se importar devidamente com sua saúde e nem aderir a medidas de prevenção em relação a doenças que possam afetar sua saúde mental (CRUZ; CARVALHO; SILVA, 2016; SILVA et al., 2009).

Os facilitadores reforçaram, no diálogo, a importância de acreditar em si na busca por superar barreiras e limitações para o cuidado consigo. Em tempos desafiadores, percebe-se que o ser humano, por instinto de sobrevivência, tende a desenvolver força e habilidade para enfrentar desafios. Na pandemia da Covid-19 é possível adotar estratégias utilizadas no passado que podem ser úteis no seu enfrentamento. Embora seja um cenário novo e desconhecido, estratégias para a gestão do estresse podem ser utilizadas a fim de se buscar a resiliência (OPAS, 2020).

A resiliência está fortemente vinculada à compreensão sobre fatores de risco e proteção. Estes últimos reduzem os impactos produzidos pela exposição à fatores de risco. Logo, apesar dos desafios impostos pela pandemia, acredita-se que trabalhando a prática diária do autocuidado, os trabalhadores da saúde terão menores impactos em sua saúde mental e, assim, terão como garantia as condições favoráveis para a execução das suas tarefas diárias relacionadas ao trabalho (SOUSA; ARAUJO, 2015).

Em seguida um espaço para troca de experiências e esclarecimentos foi aberto. Permitir que os participantes se expressassem e dialogassem entre si e os facilitadores permitiu colher bons frutos, resultado esse que buscou ser desenvolvido e trabalhado desde o momento de acolhimento. O profissional sob a figura de educador busca valorizar a importância do diálogo e construção mútua do conhecimento, não havendo espaço para uma hierarquia, mas sim para a democratização do saber e aprender, possibilitando um espaço de perspectivas e singularidades.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A intervenção para a promoção da saúde mental desenvolvida pelos profissionais residentes com os ACS colaborou para resultados positivos uma vez que adotou alternativas para a continuidade do cuidado e garantia da formação do vínculo entre o programa de residência e demais profissionais da equipe de saúde, colaborando também para a aproximação com a comunidade uma vez que há um elo formado entre esses atores.

Considera-se que o campo do trabalho como um todo deve ser alvo de valorização por parte das políticas públicas, sendo âmbito estratégico para o enfrentamento da Covid-19. Portanto, é preciso dar visibilidade aos impactos e consequências da pandemia na saúde física e mental a fim de dimensionar a magnitude deste evento sob diversas categorias bem como fortalecer e orientar o planejamento de ações de vigilância em saúde mental dos trabalhadores em saúde.

REFERÊNCIAS

ANDERSON, R. M. et al. How will country-based mitigation measures influence the course of the COVID-19 epidemic? **Lancet**, v. 395, p. 931-934, 2020.

ANJOS, A. G. et al. Musicoterapia como estratégia de intervenção psicológica com crianças: uma revisão da literatura. **Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v. 10, n. 2, p. 228-238, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Recomendações para Adequação das Ações dos Agentes Comunitários de Saúde Frente à Atual Situação Epidemiológica Referente ao Covid-19**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020.

CAVALCANTE, J. R. et al. COVID-19 no Brasil: evolução da epidemia até a semana epidemiológica 20 de 2020. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, v. 29, n. 4, e2020376, set. 2020.

CRUZ, T.A; CARVALHO, A. M. C.; SILVA, R.D. Reflexão do autocuidado entre os profissionais de enfermagem. **Revista Enfermagem Contemporânea**, v. 5, n. 1, p. 96-108, Jan./Jun, 2016.

DANTAS, E. S. O. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. **Interface** (Botucatu), v. 25, Supl. 11, e200203, 2021.

DUARTE, M. Q. et al. Covid-19 and the impacts on mental health: a sample from Rio Grande do Sul, Brazil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 25(9):3401-3411, 2020.

ESPERIDIÃO, E.; SAIDEL, M. G. B.; RODRIGUES, J. Saúde mental: foco nos profissionais de saúde. **Rev Bras Enferm** v. 73, Suppl 1, 2020.

FARO, A. et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estud. psicol.**, Campinas, 37, e200074, 2020.

GARCIA, L. H. C.; CARDOSO, N. O; BERNARDI, C. M. C. N. Autocuidado e adoecimento dos homens: uma revisão integrativa nacional. **Rev. Psicol. Saúde**, Campo Grande, v. 11, n. 3, p. 19-33, dez. 2019.

KANG, D. et al. Spatial epidemic dynamics of the COVID-19 outbreak in China. **Int J Infect Dis**, v. 94, p. 96-102, 2020.

MACIEL, F. B. M. et al. Agente comunitário de saúde: reflexões sobre o processo de trabalho em saúde em tempos de pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, Supl.2, p. 4185-4195, 2020.

MALLMANN, D. G. et al. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1763-1772, 2015.

MOYSÉS, S. T.; FILHO, A. D. S.; MOYSÉS, S. J. **Laboratório de inovações no cuidado das condições crônicas na APS: a implantação do Modelo de Atenção às Condições Crônicas da UBS Alvorada em Curitiba, Paraná**. Brasília: Organização PanAmericana da Saúde; Conselho Nacional de Secretários de Saúde: 2013.

MULLER, A. E. et al. The mental health impact of the Covid-19 pandemic on healthcare workers, and interventions to help them: a rapid systematic review. **Psychiatry**

Res., v. 293, p. 113441. 2020.

NABUCO, G. OLIVEIRA, M. H. P. P.; AFONSO, M. P. D. O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde? **Rev Bras Med Fam Comunidade**, Rio de Janeiro, v. 15; n. 42, p. 2532, Jan-Dez, 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Inter Agency Standing Committee. **Guia preliminar: como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19**. Versão 1.5. Gagliato M, tradutor. Washington: IASC, OPAS, 2020.

PRADO, M. L. et al. Arco de Charles Maguerez: refletindo estratégias de metodologia ativa na formação de profissionais de saúde. **Esc. Anna Nery**, v. 16, n. 1, p. 172-177, 2012.

RUPERT, P. A.; DOROCIAC, K. E. Self-care, stress, and well-being among practicing psychologists. **Professional Psychology: Research and Practice**, v. 50, n. 5, p. 343-350, 2021.

SANSÓ, N. et al. Palliative care professionals' inner life: exploring the relationships among awareness, self-care, and compassion satisfaction and fatigue, burnout, and coping with death. **Journal of Pain and Symptom Management**, v. 50, n. 2, p. 200-207, 2015.

SILVA, H. G. N.; SANTOS, L. E. S.; OLIVEIRA, A. K. S. Efeitos da pandemia no novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades. **J. nurs. Health**, v. 10, n.esp., e20104007, 2020.

SILVA, I. J.; et al. Cuidado, autocuidado e cuidado de si: uma compreensão paradigmática para o cuidado de enfermagem. **Rev Esc Enferm USP**, v. 43, n. 2, p. 697-703, 2009.

SILVA, L. L. S. et al. Medidas de distanciamento social para o enfrentamento da COVID-19 no Brasil: caracterização e análise epidemiológica por estado. **Cad. Saúde Pública**, v. 36, n. 9, e00185020, 2020.

SIMÕES, W. M. B.; MOREIRA, M. S. A importância dos atributos: acolhimento, vínculo e longitudinalidade na construção da função de referência em saúde mental na atenção primária à saúde. **Rev. Enfermagem Revista**, v. 16, n. 3, p. 223-239, 2013.

SOUSA, V. F. S.; ARAUJO, T. C. C. F. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde. **Psicol Cienc Prof.** v. 35, n. 3, p. 900-915, 2015.

SOUZA, S. F.; ANDRADE, A. G. M.; CARVALHO, R. C. P. Saúde mental e trabalho no contexto da pandemia por covid-19: proposta para vigilância em saúde. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 45, n. 1, p. 125-139, 2021.

TOSSIN, B. R. et al. As práticas educativas e o autocuidado: evidências na produção científica da enfermagem. **Rev Min Enfermagem**, v. 20, e940, 2026.

VEDOVATO, T. G. et al. Trabalhadores (as) da saúde e a COVID-19: condições de trabalho à deriva? **Rev Bras Saude Ocup**, v. 46, e1, 2021.