**Saúde Mental Dos Profissionais De Enfermagem Pós-Pandemia: Reflexões E Perspectivas**

**Mental Health Of Post-Pandemic Nursing Professionals: Reflections And Perspectives**

Joana Estefanny de França Oliveira1, Carla Aparecida Arena Ventura2, Iracema da Silva Frazão3, Felicialle Pereira da Silva4

1*Universidade de Pernambuco,* *Residente em Enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva – Hospital da Restauração, Recife, PE, Brasil. E-mail: Joana.franca123@gmail.com*

2 *Universidade de São Paulo, Doutora em Administração, Professora Titular da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas, Ribeirão Preto, SP, Brasil.*

*E-mail: caaventu@eerp.usp*

3 *Universidade Federal de Pernambuco, Doutora em Serviço Social, Professora do programa de pós-graduação em enfermagem, Departamento de Enfermagem, Recife, PE, Brasil.*

*E-mail: isfrazao@gmail.com*

4 *Universidade de Pernambuco, Doutora em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento,* *Professora Adjunta da Universidade de Pernambuco, Recife- PE, Brasil. E-mail: cialle@hotmail.com*

**Resumo.** Objetivo: refletir sobre a temática da saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pós-pandemia. Materiais e Métodos: Trata-se de um estudo teórico reflexivo, acerca da saúde mental dos profissionais de enfermagem pós pandemia de coronavírus. Resultados e Discussão: A pandemia vivenciada, trouxe impactos em várias dimensões, incluindo físico, econômico, social e psicológico e a utilização de medidas globais de saúde mental colocou em evidência, recursos de apoio para o manejo de situações estressantes, para preparar os profissionais de enfermagem nos casos de surtos epidemiológicos atuais e futuros. Considerações Finais: É imprescindível o estabelecimento de uma rede de cuidados que oferte de forma permanente e contínua, atendimento psicológico e o acesso a terapias necessárias aos profissionais, para que, tenham condições de continuar exercendo a sua profissão.

**Palavras-chaves:** Coronavírus; Saúde Mental; Profissionais de Enfermagem.

**1. Introdução**

Em março de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a situação de pandemia por coronavírus (SARS-Cov-2). Relatada pela primeira vez na província de Wuhan na China em 2019, a doença infecciosa COVID-19 se caracteriza como uma nova afecção, com alta transmissibilidade entre indivíduos que podem ser sintomáticos ou não, cujos surtos podem aumentar exponencialmente.1

A COVID-19 possui sinais e sintomas clínicos, variando desde um quadro gripal, envolvendo tosse, febre, até uma pneumonia severa, que pode conduzir a morte. As pessoas com maior idade e que possuem outras comorbidades, como doenças cardiovasculares, diabetes, doenças respiratórias crônicas e câncer, estão proporcionalmente relacionados aos piores desfechos. 2

A pandemia da COVID-19 trouxe graves prejuízos para indivíduos, famílias, comunidades e sociedade em todo o mundo. Com as medidas de isolamento social e quarentena, a economia entrou em recessão e muitas das redes tradicionais de segurança social, econômica e de saúde pública, nas quais as pessoas contam em tempos de adversidades, foram submetidas a pressões sem vivências pregressas. 3

Diante desse período pandêmico e crítico, os profissionais de saúde, especificamente os profissionais de enfermagem vem formando a linha de frente da assistência e cuidado aos infectados com COVID-19. Com carga de trabalho exaustivas, esses profissionais ainda enfrentam a escassez de equipamentos de proteção individual (EPIs), experienciam o processo de morte causado pela doença entre pacientes e colegas de profissão, o distanciamento social e o receio de contaminar os próprios familiares. 2-4

Estudos revelam que os profissionais de enfermagem durante a pandemia, têm vivenciado impactos desfavoráveis na saúde mental devido à jornada de trabalho exaustiva. Nesse caso, surgem o medo e a incerteza que podem influenciar negativamente no bem-estar e comportamento a curto, médio e longo prazo, e consequentemente, interferir na qualidade da assistência em saúde realizadas à população. 5

Sendo assim, este estudo objetiva-se refletir sobre a temática da saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pós-pandemia.

**2. Métodos**

Trata-se de um estudo teórico reflexivo, produzido com base na leitura crítica acerca da saúde mental dos profissionais de enfermagem pós-pandemia de COVID-19, correlacionado com as atuais recomendações atualizadas, sem limite de temporalidade, através de periódicos disponibilizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e BDENF, utilizando-se os descritores do DeCS: pandemia, enfermagem, coronavírus e saúde mental.

**3. Resultados e discussão**

Foram analisados 08 artigos publicados entre o ano de 2020 e 2021, os quais evidenciaram uma extensa variedade de informações sobre o gerenciamento de sentimentos tem recebido destaque mediante a pandemia da COVID-19, para enfrentar os impactos na saúde mental da população e nos profissionais de enfermagem. Dessa forma, autoridades sanitárias, especialistas na área da saúde mental e psiquiatria, organizações ligadas à saúde, e cientistas de vários países no mundo, estão apresentando orientações para realização ao enfrentamento das situações desafiadoras atreladas ao novo contexto da pandemia.5-6

Compreende-se também, que a pandemia vivenciada, trouxe impactos em várias dimensões, incluindo físico, econômico, social e psicológico. Sendo assim, embora o medo e a ansiedade sejam esperados durante esse momento, também é relevante entendermos e identificarmos o mais precoce possível, os desfechos negativos, tais como medo, ansiedade exacerbadas e alterações ou distúrbios do sono, entre outros.7

Nesse sentido, vale ressaltar as contribuições que o Ministério da Saúde ao aplicar o potencial da Telemedicina e Telessaúde para a população brasileira, como o meio de teleconsulta para COVID-19 (TeleSUS) e o serviço de teleconsulta psicológica (TelePsi) para todos os profissionais envolvidos na assistência de coronavírus. Além disso, dispõe-se de outros recursos como ações psicoeducativas através da utilização de guias informativos, softwares, vídeos, áudios, vídeo aulas, manuais, e-books, mídias sociais, disponibilizados por conselhos e grupos de psicólogos voluntários, além do fornecimento de plantões psicológicos realizados em hospitais universitários de vários estados do país.8

No entanto, a utilização de medidas globais de saúde mental colocou em evidência, alguns recursos de apoio significativo para o manejo de situações estressantes, especialmente pela possibilidade de melhor preparar os profissionais de enfermagem para o desenvolvimento efetivo de suas atividades laborais em condições de adversidades, como nos casos de surtos epidemiológicos atuais e futuros.6 Assim, entre as competências mais desenvolvidas durante a pandemia pelos profissionais de enfermagem, está o processo de resiliência. A resiliência contribui para adoção de estratégias de autocuidado e autoproteção, que auxiliam a reduzir os fatores de risco e otimizar fatores de proteção, melhorando a qualidade de vida do profissional de enfermagem e garantindo uma melhor qualidade do trabalho prestado às comunidades.

Neste sentido, deve-se fortalecer esse entendimento para que os profissionais de enfermagem, que possuem altas cargas de estresse laborais, condições de trabalho precárias e valorização profissional aquém do reconhecimento da sociedade, possam continuar a enfrentar os desafios durante a pandemia em curso, e nos demais contextos assistenciais futuros.

**4. Considerações finais**

A atenção à saúde mental dos profissionais de enfermagem não pode ser minimizada ou interrompida no pós-pandemia, pois alguns profissionais podem demorar em exteriorizar o luto, o medo, as angústias e o esgotamento físico e psíquico. Por isso, é importante que haja um planejamento das intervenções necessárias para cada fase do surto adaptando-as à necessidade de cada indivíduo.

O papel da Enfermagem é primordial em todos os serviços de saúde, por esse motivo, o apoio social das organizações governamentais e das instituições de trabalho são fundamentais para a proteção e manutenção da saúde mental dos seus colaboradores. Portanto, é imprescindível o estabelecimento de uma rede de cuidados que oferte de forma permanente e contínua, atendimento psicológico e o acesso a terapias necessárias para que, os profissionais tenham condições de continuar exercendo a sua profissão.

**Referências**

1. World Heatlth Organization (WHO). Actualización de la estrategia frente a la COVID-19. Geneva: WHO; 2020 [acesso em 23 out 2021]. Disponível em: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/COVID-strategy-update-14april2020.pdf?sfvrsn=29da3ba0_19>.
2. 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. (Campinas). 2020;37:e200063. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>.
3. UN News. COVID-19: mental health in the age of coronavirus. [Internet]. 2020

Duarte, Maria de Lourdes Custódio, Silva, Daniela Giotti da e Bagatini, Mariana Mattia CorreaNursing and mental health: a reflection in the midst of the coronavirus pandemic. Revista Gaúcha de Enfermagem [online]. 2021, v. 42, n. spe. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200140>. Epub 19 Out 2020. ISSN 1983-1447. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200140>.

1. Oliveira WA, Oliveira-Cardoso EA, Silva JL, Santos MA. Impactos psicológicos e ocupacionais das sucessivas ondas recentes de pandemias em profissionais da saúde: revisão integrativa e lições aprendidas. Estud Psicol. 2020;37:e200066. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200066>.
2. 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. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>.
3. Ramos-Toescher, Aline Marcelino et al. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. Escola Anna Nery [online]. 2020, v. 24, n. spe [Acessado 23 Outubro 2021] , e20200276. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0276>. Epub 19 Out 2020. ISSN 2177-9465. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0276>.
4. torales J, O’Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of

COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health.Int J Soc Psychiatry. 2020;66(4):317. <http://dx.doi.org/10.1177/0020764020915212>.

PMid:32233719.

1. Fundação Oswaldo Cruz Brasília (Fiocruz) [Internet.]. Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19 - Recomendações Gerais. 07 Apr 2020 [Acessado 23 Outubro 2021]. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasilia.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-COVID-19-recomenda%C3%A7%C3%B5es-gerais.pdf>