

## SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS NO PERÍODO PÓS-PANDEMIA DE COVID – 19: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ana Patricia do Egito Cavalcanti de Farias<sup>1</sup>, Anna Karine Dantas de Souza<sup>2</sup>, Ana Paula Feles Dantas Melo<sup>2</sup>, Fernanda Kelly Oliveira de Albuquerque<sup>2</sup>, Flávio Silva Nóbrega<sup>2</sup>, Helaine Cristina Lins Machado Gerbasi<sup>2</sup>, Maria de Fátima Oliveira da Silva<sup>2</sup>, Nadja Karla Fernandes de Lima<sup>2</sup>, Pauliana Caetano Lima<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Enfermeira, Mestre em Gerontologia pelo Programa de Mestrado Profissional de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba, (UFPB), João Pessoa, PB; <sup>2</sup>Enfermeiro (a), Especialista, Hospital Universitário Lauro Wanderley, Universidade Federal da Paraíba, (HULW – UFPB), João Pessoa, PB; <sup>3</sup>Enfermeira, Mestranda pelo Programa de Mestrado Profissional de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), João Pessoa, PB;

DOI: 10.47094/IIICNNESP.2022/7

**PALAVRAS – CHAVE:** Estresse Psicológico. Enfermeiro. Síndrome Respiratória Aguda Grave.

**ÁREA TEMÁTICA:** Covid – 19.

### INTRODUÇÃO

Com a globalização, houve uma maior disseminação de agentes infecciosos que resultaram em pandemias por todo o mundo. O aumento da complexidade de ações para contenção dessas pandemias tornou-se desafios urgentes de saúde pública no campo econômico, político e psicossocial (ORNELL *et al.*, 2020).

Em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, localizada na China, teve início um surto epidemiológico pelo vírus SARS-CoV-2, nominado de COVID-19. Em fevereiro de 2020, devido à rápida disseminação do vírus e alto índice de mortalidade, a Organização Mundial de Saúde decretou estado de calamidade pandêmica (PRADO *et al.*, 2020).

Diante da pandemia, os profissionais de enfermagem, diretamente ligados a assistência dos pacientes infectados, em meio a um cenário fragilizado e desequilibrado, cheio de incertezas e rotulações, vivenciaram em seu cotidiano sérios problemas estruturais, organizacionais e de condições laborais (AZEVEDO, 2021).

Esse contexto repercutiu com um quadro preocupante de sofrimento psíquico, com grande potencial para gerar crise de sofrimento movido pelo estresse, medo, angústia e ansiedade, mesmo em indivíduos saudáveis, bem como a intensificação dos sintomas daqueles que possuem transtornos psiquiátricos preexistentes (RAMOS-TOESCHER *et al.*, 2020).

O alto índice de sofrimento psicológico e mental, gerado por emoções nunca vivenciadas, teve uma grande repercussão no sistema de saúde mental, evidenciado pelo afastamento do trabalho, decorrente de adoecimentos e até suicídios e mortes (SOUSA *et al.*, 2021).

Buscando atender as repercussões psiquiátricas e psicológicas, foram ofertadas escuta psicológica e assistência em práticas integrativas e complementares através da tele consulta disponível no site do COFEN e também pela Rede Cuidar Enfermagem, vídeos informativos, canais de tele atendimento e telemedicina foram disponibilizados pelo Ministério da Saúde para dar suporte e apoio psicológico aos profissionais da saúde (MOREIRA; LUCCA, 2020).

Baseado nas situações vivenciadas pelos profissionais de enfermagem na pandemia, este estudo tem como objetivo refletir sobre as implicações pós-pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem e suas consequências para o serviço de saúde.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, sobre as implicações pós-pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem e suas consequências para o serviço de saúde que atuam: uma Unidade de Clínica Médica de um Hospital Universitário Federal situado no município de João Pessoa, estado da Paraíba.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Neste relato de experiência gostaríamos de compartilhar como as mudanças no nosso dia a dia com a vivência da pandemia dentro de uma Unidade de Clínica Médica de um hospital no município de João Pessoa afetaram a nossa saúde mental enquanto profissionais da saúde.

Podemos citar como fatores que impactaram a saúde mental dos trabalhadores: o desconhecimento dessa nova patologia; equipamentos de proteção individual em quantidade insuficiente; sobrecarga de trabalho por trabalhar com altos índices de absenteísmo; medo de morrer; medo de adquirir a doença e passar para familiares; luto por perda de familiares, amigos e colegas de profissão; desentendimentos entre colegas; cansaço físico e mental; isolamento social, onde muitos deixaram suas casas ou tiveram seus parentes afastados por oferecermos maior risco de transmissão devido nossa maior exposição ao vírus; etc.

Enquanto toda uma população estava sendo orientada a permanecer em suas casas, os profissionais de saúde estavam sendo convocados a participar de treinamentos, revisando antigos conceitos como lavagem das mãos, orientações de precauções de contato e respiratória, até o minucioso treinamento sobre como deveria se proceder a correta prática de paramentação e desparamentação de aventais cirúrgicos, que seria uma ferramenta imprescindível para manter nossa saúde física e qualquer falha, poderia resultar em infecção pela doença.

Instituições de saúde se viram obrigadas a organizar o fluxo de pacientes, tanto no sentido de detecção precoce dos pacientes acometidos, como na estruturação de espaço físico e protocolos de transporte dentro de hospitais, que impedissem o contato desses pacientes em espaços que transitassem demais pacientes acometidos por outras patologias.

Nesse sentido de organização de fluxo de pacientes, se deu uma das primeiras experiências negativas de impacto na saúde mental de alguns profissionais do nosso setor da Unidade de Clínica Médica, que através de sorteio tiveram que ser realocados para dar suporte ao setor de doenças infecto contagiosas e UTI COVID. Sentimentos de angústia, medo, crises de ansiedade, foram vivenciadas apenas nesse primeiro momento de convocação.

Dentro desse cenário de reordenamento e reestruturação do setor, pudemos vivenciar momentos desafiadores, vivenciamos conflitos com outras categorias profissionais sobre a conduta no momento das admissões, onde os leitos eram cedidos e existia muita dificuldade em que se fizesse cumprir o protocolo de admissão de novos pacientes, através de realização de testes laboratoriais e tomografia de tórax. Tal descuido em seguir protocolos gerou um clima de desentendimento entre os membros da equipe, evidenciado por estresse, irritabilidade, desunião, favorecendo nosso adoecimento mental.

E por mais que se existisse a testagem dentro dos protocolos, ainda precisávamos lidar com a total incerteza e confiabilidade dos resultados, pois eram frequentes os resultados falsos negativos. Outro entrave vivenciado foi a falta de estrutura hospitalar adequada em que se garantisse um distanciamento mínimo entre leitos ou mesmo o correto isolamento até que os casos suspeitos de COVID-19 ou comunicantes fossem descartados. O sentimento de insegurança era bem frequente e o fato dos EPIS serem em quantidade restrita, nos causava ainda mais aflição e danos emocionais.

Dentre as estratégias que utilizamos no enfrentamento da pandemia em busca de um equilíbrio mental podemos citar: a busca por suporte de profissionais especializados em psiquiatria e psicologia; procura por melhoria na alimentação que fortalecesse nosso sistema imunológico; práticas de atividades físicas de modo online; busca de suporte espiritual, cada um dentro de suas crenças particulares; busca por entretenimentos através de filmes, séries e shows de artistas em canais de comunicação virtuais; entre outras práticas alternativas como meditação e aromaterapia.

Além de todas as estratégias citadas, algo fundamental que pôde se fortalecer foram os vínculos de amizade, onde a escuta mútua e compartilhamento das angústias vivenciadas fizeram com que tivéssemos uma rede de apoio eficaz, onde procurávamos nos ajudar, uma vez que estávamos juntos nessa desafiadora circunstância e que não sabemos, até hoje, por quanto tempo irá perdurar, mesmo já se observando a grande diminuição dos casos graves com o advento das vacinas.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A problemática da pós-pandemia de COVID-19 exigiu muito dos profissionais de Enfermagem, nos diferentes cenários de assistência, fisicamente e mentalmente. Deparando-se diariamente com perdas, desencontros e solidão entre o binômio paciente-família, surgiu a necessidade de reflexões e discussões sobre a identificação precoce dos danos e minimizar adoecimento. Estudos como esse são fundamentais para nortear condutas terapêuticas e investimentos em projetos voltados para o resgate da saúde mental dos profissionais da saúde diante dos traumas sofridos, utilizando-se de um trabalho multiprofissional de resgate e recuperação das capacidades físicas e mentais. As ações demandam um trabalho exaustivo e contínuo para amenizar traumas, conflitos, inquietações e desafios do trabalho árduo dos profissionais da Enfermagem.

### **REFERÊNCIAS**

- AZEVEDO, Diego André Castiho. **Saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia da covid-19: desafios. 2021.**
- DUARTE, Maria de Lourdes Custódio; SILVA, Daniela Giotti da; BAGATINI, Mariana Mattia Correa. **Enfermagem e saúde mental: uma reflexão em meio à pandemia de coronavírus.** Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 42, 2020.
- MOREIRA, Amanda Sorce; LUCCA, Sergio Roberto. **Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao COVID-19.** Enfermagem Em Foco, v. 11, n. 1. ESP, 2020.
- ORNELL, Felipe *et al.* **Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias.** Debates em Psiquiatria, v. 10, n. 2, p. 12-16, 2020.
- PRADO, Amanda Dornelas *et al.* **A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa.** Revista Eletrônica Acervo Saúde, n. 46, p. e4128-e4128, 2020.
- RAMOS-TOESCHER, Aline Marcelino *et al.* **Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio.** Escola Anna Nery, v. 24, 2020.
- SOUZA, Norma Valéria Dantas de Oliveira *et al.* **Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores.** Revista gaúcha de enfermagem, v. 42, 2021.