

# Impacto da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem atuantes no estado de São Paulo

Maria Olívia Esteves Gimenez<sup>1</sup> , Natalia Martins Faria<sup>2</sup> , Felipe Augusto Rodrigues Murat<sup>2</sup> , Ane Caroline Tedeschi Gonçalves<sup>2</sup> , Fernanda Pataro Marsola Razera<sup>2</sup> , Ana Paula Ribeiro Razera<sup>1</sup> 

## RESUMO

**Objetivo:** Identificar a prevalência da sintomatologia de ansiedade, depressão e estresse nos profissionais de enfermagem atuantes no estado de São Paulo durante o enfrentamento da pandemia da COVID-19. **Método:** Estudo transversal e descritivo de abordagem quantitativa composto por 2612 profissionais de enfermagem atuantes no estado de São Paulo com registro ativo no Conselho Regional de Enfermagem (COREN), maiores de dezoito anos, de ambos os sexos. A coleta dos dados ocorreu remotamente, sendo aplicado um questionário eletrônico e a Escala de Ansiedade, Depressão e Estresse (DASS-21) para identificação de preditores de instabilidade emocional e sintomatologia depressiva. Os dados foram pontuados de acordo com o critério normativo do instrumento. **Resultados:** Identificou-se que a sintomatologia de ansiedade obteve um índice de maior prevalência (n=1546; 59%) entre os participantes com índices acima do nível de normalidade para algum grau da doença. A segunda prevalência foi referente a intensidade de sintomas depressivos (n=1557; 60%). E em relação ao estresse 1265 profissionais (48%) apresentaram algum índice acima do esperado desta instabilidade emocional. Com bases nos resultados, foi possível identificar que em indivíduos fora do padrão de normalidade, a sintomatologia de ansiedade foi preponderante no nível muito grave (n=647; 25%). Em relação às demais psicopatologias, predominou o nível moderado, sendo 525 indivíduos (20%) para depressão e 375 (14%) para estresse. **Conclusão:** O estudo permitiu concluir que houve presença da sintomatologia de ansiedade, depressão e estresse nos profissionais de enfermagem durante o enfrentamento da pandemia da COVID-19, onde os enfermeiros apresentaram sinais de maior preponderância para depressão e estresse quando comparados aos técnicos e auxiliares de enfermagem, e em relação a ansiedade houve maior prevalência dos técnicos de enfermagem.

**Palavras-chave:** Ansiedade, Depressão, Estresse ocupacional, Infecções por Coronavírus, Profissionais de enfermagem

## INTRODUÇÃO

Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) caracterizou a COVID-19 como uma pandemia devido a sua extensão geográfica e transmissibilidade. Desde então, muitas questões foram levantadas como os aspectos epidemiológicos e patológicos da doença, além dos impactos que essa nova realidade impôs à saúde mental dos indivíduos<sup>1</sup>.

Em meio às medidas de controle da disseminação do novo coronavírus, o isolamento social e as tensões relacionadas às incertezas do panorama mundial têm sido alvo de estudos importantes sobre as consequências psicológicas na população, visto que a “saúde mental é fundamental para a manutenção das capacidades criativas e produtivas do ser humano”<sup>2</sup>.

Dessa maneira, a pandemia alterou as condições de vida da população, gerou

<sup>1</sup>Centro Universitário Sagrado Coração. Bauru, (SP), Brasil

<sup>2</sup>Universidade do Oeste Paulista, Faculdade de Medicina de Jaú, (SP), Brasil



alta demanda por atendimento médico e hospitalar, e resultou em estresse, tensões físicas e emocionais<sup>3</sup>. Observou-se também que o isolamento social, medo e inseguranças foram responsáveis por níveis elevados de irritabilidade, alterações de apetite e perda de interesse ou incapacidade de prosseguir com atividades de vida diária, em consequência da mudança brusca no estilo de vida<sup>4</sup>.

Segundo o estudo realizado por Moreira, Souza e Nóbrega (2020), foram constatados níveis aumentados de ansiedade, depressão e estresse, em todo mundo no ano de 2020<sup>2</sup>. Nos profissionais de saúde, identificou-se maior vulnerabilidade aos agentes estressores, sobretudo no setor da enfermagem. Esses profissionais enfrentaram situações como sobrecarga de trabalho, constante risco de contágio e alto número de óbitos entre pacientes e colegas de profissão<sup>5</sup>.

A depressão, psicopatologia de etiologia plural, é caracterizada por uma sintomatologia diversa, que agrega ausência de interesse, significado e prazer, classificada em diferentes níveis. Estresse e ansiedade, por sua vez, são definidos, respectivamente, como uma falha nos mecanismos de enfrentamento do indivíduo e a antecipação de acontecimentos negativos de maneira exacerbada frente a desafios e problemas experimentados por cada um. Os sintomas dos transtornos se mesclam e por vezes estão associados, podendo se manifestar de maneira inespecífica<sup>6</sup>.

O aumento nos níveis de estresse, ansiedade e depressão, tendência segundo estudos encontrados, sugerem um *continuum*, de maneira que se verificou uma estrutura básica na manifestação desses preditores de instabilidade emocional, tornando-os passíveis de verificação e vali-

dação em conjunto<sup>7</sup>. Diante disso, é importante determinar como a saúde mental dos profissionais de enfermagem foram impactados pelas questões que permearam sua atuação durante a pandemia.

Sendo assim, é de extrema relevância que sejam diferenciados e analisados os fatores que influenciem no nível de ansiedade, depressão e estresse dos profissionais de enfermagem<sup>8</sup>. Estudos sobre a saúde mental na equipe de enfermagem e sua correlação com o trabalho pode auxiliar na melhor compreensão e possível elucidação de alguns dos problemas enfrentados pela categoria<sup>9</sup>. Logo, o presente estudo buscou identificar a prevalência das afecções psiquiátricas já citadas nos profissionais de enfermagem atuantes no estado de São Paulo durante a pandemia da COVID-19.

## MÉTODO

Trata-se de estudo transversal, descritivo, de delineamento quantitativo, realizado em ambiente *online*.

A população foi composta por indivíduos maiores de dezoito anos, de ambos os sexos, atuantes nas categorias da enfermagem (auxiliares, técnicos e enfermeiros) no estado de São Paulo e com registro ativo no Conselho Federal de Enfermagem (COREN). Foram excluídos os profissionais que não aceitaram a participação no estudo; que não deram o aceite no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; que não responderam todas as questões abordadas no formulário da entrevista; ou que apresentaram diagnóstico prévio de psicopatologias até o momento da realização do questionário. A amostragem final constou de 2612 participantes. A coleta de dados ocorreu no mês de setembro de 2021 por

meio de uma ferramenta remota gratuita denominada *Google Forms*, que consiste em um sistema de formulários *online* para produção de pesquisas com questionários de múltipla escolha ou de formato discursivo, compatível com qualquer navegador e sistema operacional.

Para atender o objetivo proposto no estudo, os dados foram coletados por meio de questionário eletrônico elaborado para caracterização da amostra com questões objetivas para identificação das variáveis: idade, sexo, estado civil, número dos filhos, categoria de trabalho na enfermagem, tempo de trabalho como profissional de enfermagem, número de vínculos empregatícios, turno de trabalho, carga horária semanal e diagnóstico prévio de psicopatologias. E, para a identificação do perfil comportamental (sinais de ansiedade, depressão e estresse), foi utilizado a Escala de Ansiedade, Depressão e Estresse (DASS-21) traduzida e validada para o português do Brasil<sup>10</sup>. O questionário eletrônico ficou disponibilizado via *online* num período de 17 dias.

A DASS-21 visa avaliar e discernir transtornos mentais como a ansiedade, depressão e estresse com o intuito de auxiliar em possíveis estratégias de prevenção<sup>11</sup>. É uma escala de autorrelato composta por 21 questões com variáveis que sugerem o grau dos sintomas apresentados pelos participantes na última semana, contendo um conjunto de três subescalas tipo *Likert* de quatro pontos que varia de 0 (nunca se aplicou) a 3 (aplicou-se muitas vezes ou na maior parte do tempo), com pontuação final máxima de 63 pontos, variando de 0 a 21 pontos para cada um dos fatores (ansiedade, depressão e estresse) somados entre si.

O resultado se dá pela soma dos escores dos itens para cada uma das três subescalas. O escore obtido é multiplicado por dois, sendo aplicado uma escala de corte no resultado final para classificação do grau de severidade dos sintomas, onde: para ansiedade são considerados os valores de corte de 0 a 7 (normal), 8 a 9 (mínimo), 10 a 14 (moderado), 15 a 19 (grave) e acima de 20 (muito grave); para depressão de 0 a 9 (normal), 10 a 13 (mínimo), 14 a 20 (moderado), 21 a 27 (grave) e acima de 28 (muito grave); e, por fim, para estresse, de 0 a 14 (normal), 15 a 18 (mínimo), 19 a 25 (moderado), 26 a 33 (grave) e acima de 34 (muito grave). Vale ressaltar que essa escala pode ser aplicada por diferentes profissionais da área da saúde, dentre eles, o enfermeiro<sup>10</sup>.

O questionário eletrônico e a DASS-21 foram fornecidos e esclarecidos aos participantes do estudo por *email* disparado por uma associação de enfermeiros, pois o contato dos profissionais de enfermagem são sigilosos e protegidos por lei, constando o TCLE virtual composto por uma página de esclarecimento sobre a pesquisa, além da solicitação de autorização para o uso dos dados; roteiro para preenchimento do questionário virtual; e o formulário *online*.

Os dados foram pontuados de acordo com o critério normativo do instrumento utilizado na pesquisa. Os resultados foram descritos visando identificar o nível de ansiedade, depressão e estresse dos profissionais de enfermagem do estado de São Paulo, onde foram elaboradas, tabelas descritivas das variáveis observadas, utilizando como base a estatística descritiva.

O estudo seguiu os princípios éticos de acordo com a Resolução 466/2012 e

510/016 do Conselho Nacional de Saúde, tendo sido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer 4.818.160 e CAAE 48325321.5.0000.5502.

## RESULTADOS

A amostra constou em 3.392 profissionais de enfermagem, no entanto, 780 foram excluídos por apresentarem diagnóstico prévio de psicopatologia, totalizando a amostra em 2.612 participantes. Referente a caracterização da amostra, a média

de idade foi 40 anos ( $\pm 38,8$ ). Evidenciou-se prevalência do sexo feminino (n=2311; 88%), com companheiro (n=1786; 68%), com filhos (n=1849; 71%) e média de dois filhos (n=767; 41%). Em relação a categoria profissional, a maioria eram técnicos de enfermagem (n=1399; 54%), trabalhando há mais de cinco anos na profissão (n=1737; 66%), com vínculo empregatício único (n=1877; 72%), em período misto de trabalho (n=938; 36%), e com jornada de trabalho acima de 40 horas semanais (n=871; 33%), conforme demonstrado na Tabela 1.

Tabela 1 - Distribuição dos participantes segundo as variáveis: sexo, estado civil, presença de filhos, categoria profissional, tempo de atuação profissional, número de vínculo empregatício, turno de trabalho e carga horária semanal (n=2612). Bauru, SP, Brasil. 2021.

CATEGORIAS		N	%
<b>Sexo</b>	Feminino	2311	88
	Masculino	301	12
<b>Estado civil</b>	Com companheiro	1786	68
	Sem companheiro	826	32
<b>Filhos</b>	Com filhos	1849	71
	Sem filhos	763	29
<b>Categoria profissional</b>	Enfermeiro	744	28
	Técnico de Enfermagem	1399	54
	Auxiliar de Enfermagem	469	18
<b>Tempo de trabalho</b>	< 1 ano	197	8
	1 a 5 anos	678	26
<b>Número de vínculo empregatício</b>	> 5 anos	1737	66
	1	1877	72
	2	541	21
	> 2	194	7

<b>Turno de trabalho</b>	Exclusivamente matutino	687	26
	Exclusivamente vespertino	360	14
	Exclusivamente noturno	627	24
	Misto (mais dois períodos)	938	36
<b>Carga horária semanal</b>	Até 30 horas	271	10
	Até 36 horas	643	25
	Até 40 horas	827	32
	Acima de 40 horas	871	33

Fonte: Os autores

Para a identificação do perfil comportamental, preditores de instabilidade emocional, enfrentamento, sinais de ansiedade, depressão e estresse, utilizou-se a DASS-21, escala de autorrelato, para medir a intensidade dessas sintomatologias. 1546 (59%) respostas foram acima do nível de normalidade para ansiedade. Na identi-

ficações da intensidade de sintomas depressivos, 1557 (60%) participantes apresentaram nível acima do padrão de normalidade. E em relação aos níveis de estresse, 1265 (48%) pessoas apresentaram algum índice acima do esperado, conforme demonstrado na Tabela 2.

Tabela 2 - Identificação dos níveis de ansiedade, depressão e estresse dos profissionais de enfermagem. Bauru, SP, Brasil. 2021.

<b>SINTOMATOLOGIA</b>		<b>N</b>	<b>%</b>
Ansiedade	Normal	1066	41
	Leve	354	14
	Moderado	322	12
	Grave	223	8
	Muito grave	647	25
Depressão	Normal	1055	40
	Leve	310	12
	Moderado	543	21
	Grave	244	9
	Muito grave	460	18
Estresse	Normal	1347	52
	Leve	299	12
	Moderado	375	14
	Grave	344	13
	Muito grave	247	9

Fonte: Os autores

Com bases nos resultados, foi possível identificar que a depressão obteve um índice de maior prevalência (n=1557; 60%), sendo que dos 744 enfermeiros atuantes, 452 apresentaram algum sintoma específico dessa manifestação clínica. De 1399 técnicos de enfermagem entrevistados, 831 manifestaram essa sintomatologia; e dos 469 auxiliares de enfermagem, 274 referiram sinais desse transtorno. A segunda prevalência foi referente a ansiedade, sendo que dos 1546 (59%) participantes que apresentaram índices acima do nível de normalidade, 429 eram enfermeiros, 846

técnicos de enfermagem e 271 auxiliares de enfermagem. Em relação ao estresse, do total de 1265 (48%) profissionais que apresentaram algum índice acima do esperado desta instabilidade emocional, 378 participantes eram enfermeiros, 671 técnicos de enfermagem e seis 216 auxiliares de enfermagem.

Em relação as medidas psicológicas predominaram os técnicos de enfermagem para ansiedade (n=846; 60%); enfermeiros para depressão (n=452; 61%) e enfermeiros para estresse (n=378; 51%) (Tabela 3).

Tabela 3. Distribuição dos participantes segundo a categoria profissional e níveis de sintomatologias de ansiedade, depressão e estresse. Bauru, SP, Brasil. 2021.

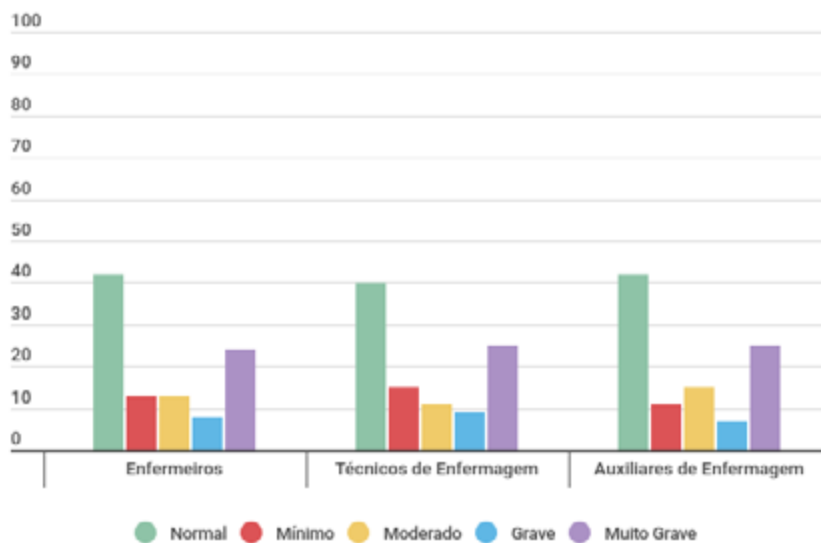
<b>VARIÁVEIS</b>	<b>ENFERMEIROS 744 (28,4%)</b>	<b>TÉCNICOS 1399 (53,5%)</b>	<b>AUXILIARES 469 (17,95%)</b>
<b>1. Ansiedade</b>			
Normal	315 (42)	553 (40)	198 (42)
Mínimo	99 (13)	205 (15)	50 (11)
Moderado	95 (13)	158 (11)	69 (15)
Grave	60 (8)	128 (9)	35 (7)
Muito Grave	175 (24)	355 (25)	117 (25)
<b>2. Depressão</b>			
Normal	292 (39)	568 (41)	195 (42)
Mínimo	90 (12)	173 (13)	47 (10)
Moderado	163 (22)	286 (19)	94 (20)
Grave	71 (10)	131 (10)	42 (9)
Muito Grave	128 (17)	241 (17)	91 (19)
<b>3. Estresse</b>			
Normal	366 (49)	728 (52)	253 (54)
Mínimo	84 (11)	166 (12)	49 (10)
Moderado	123 (17)	184 (13)	68 (15)
Grave	99 (13)	194 (14)	51 (11)
Muito Grave	72 (10)	127 (9)	48 (10)

Fonte: Os autores

A seguir, destaca-se a partir dos gráficos (Figuras 1, 2 e 3) como os indicadores de ansiedade, depressão e estresse apresentaram-se na amostra de um modo geral. Com bases nos resultados, foi possível identificar que em indivíduos acima do

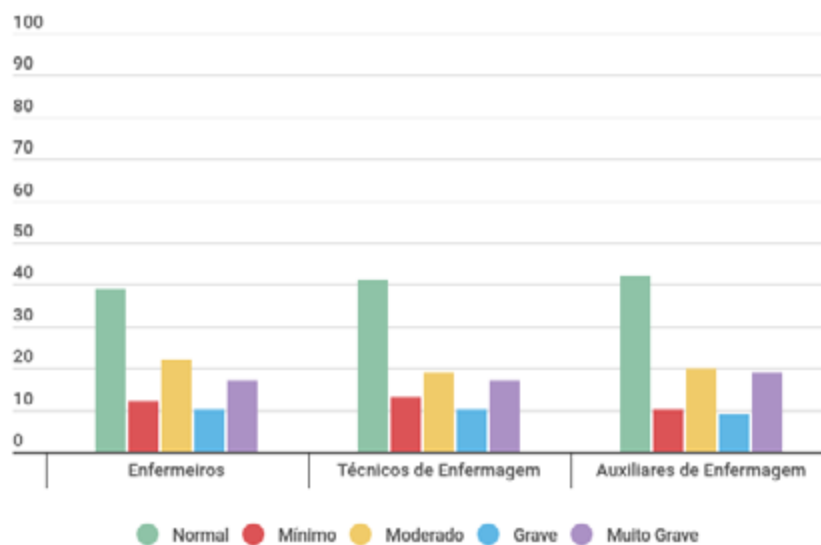
padrão de normalidade, a sintomatologia de ansiedade foi preponderante no nível muito grave (n=647; 25%). Em relação as demais psicopatologias predominaram-se o nível moderado, sendo n=525; 20% para depressão e n= 375; 14% para estresse.

Figura 1. Classificação do grau de severidade dos sintomas para ansiedade apresentados pelos participantes do estudo. Bauru, SP, 2021.



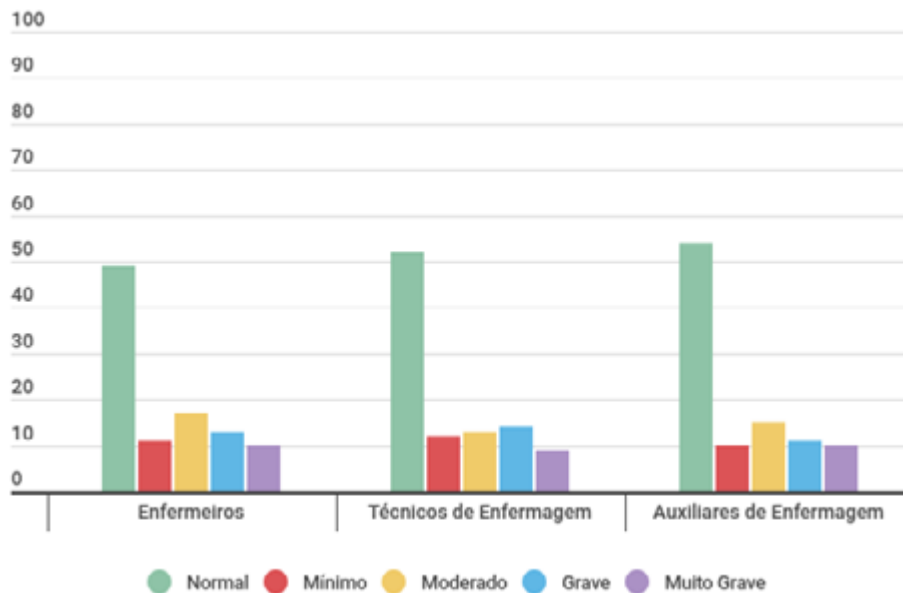
Fonte: Os autores

Figura 2. Classificação do grau de severidade dos sintomas para depressão apresentados pelos participantes do estudo. Bauru, SP, 2021.



Fonte: Os autores

Figura 3. Classificação do grau de severidade dos sintomas para estresse apresentados pelos participantes do estudo. Bauru, SP, 2021.



Fonte: Os autores

## DISCUSSÃO

No presente estudo, em relação à caracterização dos profissionais de enfermagem, a idade média foi de 40 anos, variando de 19 a 67 anos, corroborando com a literatura<sup>12</sup>. Segundo estudos, esta idade se enquadra na chamada “maturidade profissional”, dos indivíduos entre 36 e 50 anos, onde os profissionais estão definitivamente inseridos no mercado de trabalho, com maior habilidade técnica e cognitiva para lidar com a profissão<sup>13</sup>.

Quanto ao sexo, o feminino prevaleceu, sendo, historicamente, as maiores representantes da enfermagem e formando o maior contingente de profissionais dentre as três categorias pesquisadas, apesar da tendência de crescimento da inserção de homens na profissão<sup>14</sup>.

Ao serem questionados sobre o estado civil e número de filhos, prevaleceu

com companheiro e com filhos, características que se relacionam com a faixa etária predominante, em fase de consolidação familiar e profissional, que segundo alguns autores é um dos fatores que configura a rede de apoio psicológico no enfrentamento dos desafios na pandemia<sup>15</sup>.

Em relação a categoria profissional, a maioria eram técnicos de enfermagem categoria que se apresenta como majoritária em diferentes estudos quantitativos<sup>13</sup>. Quanto ao vínculo empregatício, prevaleceram os que possuíam um único emprego, atuando há mais de cinco anos, em período misto de trabalho e com jornada acima de 40 horas semanais, resultados determinantes em relação a satisfação pessoal com a profissão, a exposição de riscos que estão sujeitos, além da exaustão gerada pela carga horária<sup>14</sup>.

O profissional que exerce uma carga horária alta, sofre mais desgaste físico



e psicológico do que aquele que atua em apenas um período<sup>16</sup>. O número de vínculos empregatícios, a carga horária realizada e o número de tarefas pode ser um fator importante para desencadear uma instabilidade emocional como ansiedade, depressão e estresse<sup>17</sup>.

Os dados obtidos por meio da DASS-21 apontaram que os profissionais de enfermagem entrevistados no presente estudo apresentaram sinais de ansiedade (59%), depressão (60%) e estresse (48%). A DASS-21 não é um teste diagnóstico para transtornos mentais e também não possui essa intenção. No entanto, os achados deste estudo indicam que essa instabilidade emocional está em processo de agravamento e, se não forem tomadas as devidas precauções, provavelmente, em breve estarão numa fase mais avançada, culminando em dificuldades na manutenção do trabalho e vida cotidiana, uso de medicamentos e até mesmo o risco de suicídio<sup>18</sup>.

Ansiedade e depressão, prevalentes na amostra, são transtornos mentais que possuem sintomatologia diversa e semelhante a reações normais a eventos cotidianos, porém de maneira exacerbada, sem o caráter de adaptação, cabendo assim ao profissional responsável por avaliar o quadro, através do grau de sofrimento proporcionado, fechar o diagnóstico direcionando ao tratamento adequado<sup>19</sup>. De acordo com estudos, a ansiedade acomete cerca de 10 milhões de pessoas, enquanto que a depressão está presente em 5% da população mundial, com uma prevalência que tende a crescer, e que se mostra ainda mais latente nos profissionais da saúde, sobretudo a enfermagem<sup>15</sup>.

A ansiedade é caracterizada como um misto de sensações que, de manei-

ra inespecífica, perpassam o medo, a apreensão, desconforto e um sofrimento antecipado que se manifesta, em sua versão patológica, em sintomas físicos como taquicardia, tensão muscular e que pode estar associada a outros transtornos mentais<sup>20</sup>. A depressão, por sua vez, está relacionada por sentimentos de apatia, fadiga, humor depressivo, alterações orgânicas e ideação suicida, cujo diagnóstico é clínico e desencadeia prejuízos sociais importantes com retraimento, isolamento social, abandono de atividades e autocuidado, sendo primordial a investigação de transtornos mentais associados que podem agravar o quadro<sup>19</sup>.

Acredita-se que o estresse está diretamente ligado ao ritmo e organização de nossa sociedade altamente competitiva que gera sobrecarga, e que culmina em altas demandas para o âmbito físico e emocional dos trabalhadores<sup>21</sup>. Seu conceito é amplo e perpassa a noção biológica de adaptação do indivíduo a um agente estressor, adentrando o campo emocional como uma condição de sobrecarga que gera respostas inadequadas e um estado de aflição somática, com sintomatologia em variados níveis, pelo prejuízo do enfrentamento diante os estímulos<sup>22</sup>.

Neste estudo foi possível identificar que em indivíduos acima do padrão de normalidade, a sintomatologia de ansiedade foi preponderante no nível muito grave (25%). Em relação as demais psicopatologias predominaram-se o nível moderado, 20% para depressão e 14% para estresse. Esse resultado tem sua fundamentação na rotina de trabalho experimentada por longos meses durante a pandemia. É importante destacar que a enfermagem já vivenciava, mesmo antes da pandemia, grandes desafios no que tange a sobrecarga de tra-

balho, subdimensionamento das equipes e grande desvalorização<sup>23</sup>.

É sabido ainda que, apesar da pandemia da COVID-19 apresentar-se como um fenômeno sem precedentes atuais, tamanha magnitude e problemas acarretados, a enfermagem lida com a ameaça física, mental e sofrimento moral de maneira constante no exercício cotidiano da profissão<sup>24</sup>. Dessa maneira, ainda que com o aumento da demanda de trabalho e cenário caótico que previa um colapso na saúde brasileira em meados de março de 2020, os profissionais de enfermagem estavam à frente das profissões que defrontavam o controle de doenças altamente infecciosas<sup>23</sup>.

Ressalta-se neste estudo que, após aplicado o critério de exclusão das entrevistas indicando diagnóstico prévio de psicopatologias, os resultados obtidos demonstraram a importância, já evidenciada na literatura, de maior busca e atenção à saúde mental dos profissionais da saúde, uma vez que os quadros foram acentuados ou incitados por modificações na qualidade de vida, carga de trabalho e sentimentos conflitantes acerca da atuação do profissional da enfermagem na linha de frente, o que determina a importância de estudos e iniciativas que corroborem para a validação das demandas e acolhimento desses trabalhadores<sup>25</sup>.

Por fim, cabe salientar ainda que, apesar do critério de exclusão aplicado à pesquisa, é possível que participantes com algum grau de psicopatologias não diagnosticadas em curso e com início prévio ao rompante da pandemia estejam elencados, apresentando diferentes níveis das psicopatologias abordadas na pesquisa, ou dentre aqueles que apresentam níveis

de normalidade, uma vez que se trata de um teste sem fins diagnósticos.

## CONCLUSÃO

O estudo permitiu concluir que houve presença da sintomatologia de ansiedade, depressão e estresse nos profissionais de enfermagem durante o enfrentamento da pandemia da COVID-19. Os enfermeiros apresentaram sinais de maior preponderância para depressão e estresse quando comparados aos técnicos e auxiliares de enfermagem. Em relação à ansiedade houve maior prevalência dos técnicos de enfermagem.

Como limitação do estudo destaca-se a falta de adesão dos profissionais. Apesar da facilidade apresentada pelo questionário eletrônico via *e-mail*, parece existir certa resistência a esse tipo de abordagem. Contudo, as contribuições deste estudo são evidentes, e incluem um diagnóstico situacional referente a saúde mental dos profissionais de enfermagem.

A questão da saúde mental nesses profissionais ganhou maior relevância durante a pandemia, evidenciando a sobrecarga que a categoria enfrenta. Assim, são necessários estudos sobre essa temática a nível nacional, a fim de que o bem-estar e integridade de enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem sejam também preconizados no exercício da profissão.

Desta forma, este estudo torna-se relevante para mostrar aos profissionais da enfermagem, a importância e necessidade de conhecerem a temática abordada para desenvolverem possíveis estratégias de intervenções, proporcionando melhor qualidade de vida no meio profissional, promo-

vendo o equilíbrio entre o lazer, trabalho e descanso para evitar, assim, essa instabilidade emocional.

## REFERÊNCIAS

1. WHO. Novel coronavirus (COVID-19) [Internet]. World Health Organization (WHO); 2020. [citado em 2021 Mar 10]. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
2. MOREIRA WC, SOUSA AR, NOBREGA MPSS. Adoecimento mental na população geral e em profissionais de saúde durante a Covid-19: Scoping Review. Texto contexto - enferm. 2020 Jul;29:e20200215. doi: 10.1590/1980-265X-TCE-2020-0215
3. Faro A, Bahiano MD, Nakano TD, Reis C, Silva BF, Vitti LS. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. Estud Psicol (Campinas) [Internet]. 2020 [citado 19 ago 2023];37. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>
4. Pal S, Kalra S, Jain S. COVID-19 Pandemic: Mental Health and Coping Strategies. J CLIN DIAGN RES [Internet]. 2020 [citado 19 ago 2023]. Disponível em: <https://doi.org/10.7860/jcdr/2020/45839.14298>
5. Ramos-Toescher AM, Tomaschewisk-Barlem JG, Barlem EL, Castanheira JS, Toescher RL. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. Esc Anna Nery [Internet]. 2020 [citado 19 ago 2023];24(spe). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0276>
6. Martins BG, Silva WR, Maroco J, Campos JA. Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. J Bras Psiquiatr [Internet]. Mar 2019 [citado 19 ago 2023];68(1):32-41. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000222>
7. Roque H, Veloso A, Silva I, Costa P. Estresse ocupacional e satisfação dos usuários com os cuidados de saúde primários em Portugal. Cienc Amp Saude Coletiva [Internet]. Out 2015 [citado 19 ago 2023];20(10):3087-97. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320152010.00832015>
8. Teixeira CF, Soares CM, Souza EA, Lisboa ES, Pinto IC, Andrade LR, Espiridião MA. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. Cienc Amp Saude Coletiva [Internet]. Set 2020 [citado 19 ago 2023];25(9):3465-74. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>
9. Kestenberg CC, Felipe IC, Rossone FD, Delphim LM, Teotonio MC. O estresse do trabalhador de enfermagem: estudo em diferentes unidades de um hospital universitário. Rev Enferm UERJ [Internet]. 13 mar 2015 [citado 19 ago 2023];23(1). Disponível em: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2015.11487>
10. Vignola RC, Tucci AM. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. J Affect Disord [Internet]. Fev 2014 [citado 19 ago 2023];155:104-9. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.10.031>
11. Oei TP, Sawang S, Goh YW, Mukhtar F. Using the Depression Anxiety Stress Scale 21 (DASS-21) across cultures. Int J Psychol [Internet]. Dez 2013 [citado 19 ago 2023];48(6):1018-29. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/00207594.2012.755535>
12. Cavalheiro AM, Moura Junior DF, Lopes AC. Stress in nurses working in intensive care units. Rev Lat Am Enferm [Internet]. Fev 2008 [citado 19 ago 2023];16(1):29-35. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0104-11692008000100005>
13. Silva MC, Machado MH. Sistema de Saúde e Trabalho: desafios para a Enfermagem no Brasil. CiencAmp Saude Coletiva [Internet]. Jan 2020 [citado 19 ago 2023];25(1):7-13. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020251.27572019>
14. Pinhatti ED, Vannuchi MT, Tenani MN, Haddad MD. Influências sociodemográficas e laborais na satisfação profissional de enfermeiros em hospital público [Sociodemographic and occupational influences over job satisfaction between nurses in a public hospital] [Influencias sociodemograficas y laborales en la satisfacción profesional de enfermeros en un hospital público]. Rev Enferm UERJ [Internet]. 20 dez 2017 [citado 19 ago 2023];25:e14405. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2017.14405>
15. OLIVEIRA WA, OLIVEIRA-CARDOSO ÉA, 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 (Campinas) [Internet]. 2020 [citado 19 ago 2023];37. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200066>
16. Fernandes MA, Soares LM, Silva JS. Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa brasileira. Rev Bras Medicina Trab [Internet]. 2018 [citado 19 ago 2023];16(2):218-24. Disponível em: <https://doi.org/10.5327/z1679443520180228>
17. Dalri RD, Silva LA, Mendes AM, Robazzi ML. Nurses' workload and its relation with physiological stress reactions. Rev Lat Am Enferm [Internet]. Dez

- 2014 [citado 19 ago 2023];22(6):959-65. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0104-1169.3292.2503>
18. Freitas RF, Ramos DS, Freitas TF, Souza GR, Pereira ÉJ, Lessa AD. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *J Bras Psiquiatr* [Internet]. 2021 [citado 19 ago 2023];70(4):283-92. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-20850000000348>
19. Fleck MP. Transtornos depressivos. *Rev Psiquiatr Rio Gd Sul* [Internet]. Ago 2005 [citado 19 ago 2023];27(2):220-1. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0101-81082005000200014>
20. Castillo AR, Recondo R, Asbahr FR, Manfro GG. Transtornos de ansiedade. *Rev Bras Psiquiatr* [Internet]. Dez 2000 [citado 19 ago 2023];22(suppl 2):20-3. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1516-44462000000600006>
21. Reis AL, Fernandes SR, Gomes AF. Estresse e fatores psicossociais. *Psicologia* [Internet]. Dez 2010 [citado 19 ago 2023];30(4):712-25. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1414-98932010000400004>
22. Filgueiras JC, Hippert MI. A polêmica em torno do conceito de estresse. *Psicologia* [Internet]. 1999 [citado 19 ago 2023];19(3):40-51. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1414-98931999000300005>
23. Migueis GD, Silva LS, Oliveira WD, Silva MS, Maier SR, Sudré MR. Condições de trabalho autorreferida por profissionais de saúde durante a pandemia da Covid-19: Revisão integrativa. *Res Soc Dev* [Internet]. 8 jun 2021 [citado 19 ago 2023];10(6):e49310615867. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15867>
24. Dalmolin GD, Lunardi VL, Lunardi GL, Barlem EL, Silveira RS. Nurses, nursing technicians and assistants: who experiences more moral distress? *Rev Esc Enferm USP* [Internet]. Jun 2014 [citado 19 ago 2023];48(3):521-9. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0080-623420140000300019>
25. Santos KM, Galvão MH, Gomes SM, Souza TA, Medeiros AD, Barbosa IR. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Esc Anna Nery* [Internet]. 2021 [citado 19 ago 2023];25(spe). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0370>

**Contribuição dos autores:**

**Gimenez MOE:** Responsável pela aquisição e análise dos dados, participou da redação e interpretação dos resultados;

**Faria NM, Murat FAR, Gonçalves ACT e Razera FPM:** Responsáveis pela revisão do artigo;

**Razera APR:** Responsável pela orientação, delineamento do estudo, interpretação dos resultados e revisão do artigo.

Todos os autores aprovaram a versão final do manuscrito.

Manuscrito extraído do Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação em Enfermagem intitulado Saúde mental dos profissionais de enfermagem do estado de São Paulo no enfrentamento da COVID-19. Instituição: Centro Universitário Sagrado Coração. Bauru, SP, 2021.

**Esse trabalho é isento de apoio ou financiamento.**

---

**Autor Correspondente:**

Felipe Augusto Rodrigues Murat

felipemurat27@hotmail.com

Recebido: 16/10/2023

Aprovado: 27/12/2023

Editor: Profa. Dra. Ada Clarice Gastaldi

---