

IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS NO PÓS-PANDEMIA DO COVID-19

Jaiane Emilia Silvério¹
Mirelly Maciel da Silva²
Kaillany Batista de Moura³
Maria Raquel Antunes Casimiro⁴
Anne Caroline de Souza⁵
Geane Silva Oliveira⁶

RESUMO: **Introdução:** Em dezembro de 2019, a OMS identificou o SARS-CoV-2, causador da COVID-19, que se espalhou rapidamente pelo mundo, configurando uma pandemia. A doença apresenta sintomas respiratórios e digestivos, podendo variar de leve a grave, com até 5% dos casos resultando em óbitos. No Brasil, a sobrecarga dos sistemas de saúde foi intensificada pela escassez de recursos e infraestrutura insuficiente. Os profissionais de saúde, especialmente os de enfermagem, enfrentaram grandes desafios, como falta de EPIs e condições de trabalho inadequadas, além de estresse e ansiedade elevados devido ao risco de contaminação e à pressão emocional do ambiente de trabalho. **Objetivo:** identificar os principais impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos enfermeiros. **Metodologia:** Este estudo adotou como metodologia a revisão integrativa da literatura, guiada pela seguinte pergunta norteadora: “Quais foram os principais impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos enfermeiros e como isso afetou sua prática profissional?”. A busca de dados foi realizada entre agosto e outubro de 2025 em duas fontes principais: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e United States National Library of Medicine (PUBMED), através das bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE). A partir da pergunta norteadora, foram utilizados descritores registrados no portal Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), combinados com o operador booleano “AND”: Saúde Mental; COVID-19; Enfermagem. Os critérios de inclusão abrangeram artigos publicados entre 2020 e 2025, nos idiomas português, espanhol e inglês, disponíveis na íntegra e que tratassem do tema proposto. Foram excluídos estudos que não abordassem a temática ou que não se enquadrassem no recorte temporal estabelecido, além de teses e monografias. Os resultados foram organizados em um quadro contendo os dados das publicações, que foram posteriormente discutidos à luz da literatura pertinente. **Resultados e discussão:** Os profissionais de saúde, especialmente enfermeiros, apresentaram aumento de ansiedade, depressão, estresse e exaustão emocional. Fatores associados incluem carga de trabalho excessiva, risco de contágio, uso constante de EPIs, alterações institucionais e falta de suporte psicológico. A pandemia gerou impacto profundo na saúde mental da equipe de enfermagem, evidenciando coronofobia, vulnerabilidade psicológica, desgaste emocional e dificuldades nas relações interpessoais. Estratégias de enfrentamento envolveram apoio entre colegas, autocuidado e necessidade de intervenções institucionais. **CONCLUSÃO:** Os enfermeiros enfrentaram desafios multidimensionais, exigindo políticas permanentes de suporte psicoemocional, valorização profissional e transformação das condições de trabalho para garantir bem-estar, segurança e manutenção da qualidade da assistência.

2823

Palavras-chave: Saúde Mental. COVID-19. Enfermagem.

¹Discente do Centro Universitário Santa Maria.

²Discente do Centro Universitário Santa Maria.

³Discente do Centro Universitário Santa Maria.

⁴Docente do Centro Universitário Santa Maria.

⁵Docente do Centro Universitário Santa Maria.

⁶Docente do Centro Universitário Santa Maria. Mestre em Enfermagem pela UFPB.

I INTRODUÇÃO

Em dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) notificou a identificação de um novo vírus detectado pelas autoridades chinesas em um paciente hospitalizado com pneumonia na cidade de Wuhan. Posteriormente, esse vírus foi denominado SARS-CoV-2, sendo o agente causador da COVID-19. Em apenas cinco meses, a infecção se espalhou rapidamente, contaminando milhões de pessoas e resultando em milhares de óbitos, configurando uma pandemia sem precedentes na atualidade (Bezerra *et al.*, 2020).

A doença caracteriza-se por uma infecção viral aguda, com alta taxa de transmissibilidade, ocorrendo principalmente por meio das vias respiratórias, através da inalação de gotículas e aerossóis, além do contato direto com pessoas ou superfícies contaminadas. É responsável por causar diversos sintomas, incluindo manifestações respiratórias e digestivas. Sua apresentação clínica pode variar desde uma condição leve e autolimitada até casos mais graves, como pneumonia severa, insuficiência respiratória aguda e choque séptico (Dantas *et al.*, 2021).

Dados dos primeiros países afetados pela pandemia indicam que 40% dos infectados apresentam sintomas leves, enquanto outros 40% desenvolvem formas moderadas da doença, como pneumonia. Além disso, 15% evoluem para quadros graves e 5% sofrem complicações severas, que podem levar ao óbito. A pandemia sobrecarregou os sistemas de saúde, aumentando a demanda por infraestrutura, insumos e profissionais. No Brasil, onde o financiamento da saúde historicamente é insuficiente, a chegada da COVID-19 agravou ainda mais os desafios enfrentados pelos serviços de saúde, resultando em 5.781.582 casos confirmados e 164.281 óbitos registrados (Toescher *et al.*, 2020).

Diversos fatores impactaram o ambiente de trabalho dos profissionais de saúde, incluindo a escassez de equipamentos de proteção individual (EPI), a limitação de leitos e ventiladores mecânicos, a falta de conhecimento sobre a patologia e a ausência de treinamentos específicos para o atendimento de pacientes com suspeita ou diagnóstico confirmado de COVID-19 (Luz *et al.*, 2021).

Ademais, a inexistência de um tratamento eficaz, a alta complexidade e gravidade dos casos e o grande número de óbitos aumentaram ainda mais os desafios enfrentados. Diante disso, os profissionais de saúde tornaram-se um grupo de risco para a infecção e esgotamento mental devido à exposição constante a fatores que elevam sua vulnerabilidade à doença (Barros *et al.*, 2021).

A saúde mental vai além das experiências individuais, sendo influenciada por uma rede de fatores interligados. Segundo a OMS, ela é definida como um estado de bem-estar no qual o indivíduo consegue desenvolver suas habilidades, lidar com os desafios da vida e contribuir ativamente para a comunidade. Não é um fenômeno isolado, pois é fortemente influenciada pelo ambiente ao redor. Isso significa que sua manutenção e equilíbrio dependem da interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais, caracterizando-a como um conceito de natureza biopsicossocial. (Ministério da saúde, 2025).

Diante desse cenário, apesar de ser uma patologia recente, já é possível observar os impactos negativos da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. A enfermagem, em particular, apresenta maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, devido à intensa convivência e interação com os pacientes, à pressão para executar suas funções com qualidade e ao enfrentamento constante do processo de morte e morrer, uma vez que esses profissionais são treinados para cuidar e salvar vidas (Queiroz *et al.*, 2021).

Outrossim, fatores como a alta carga de trabalho, a sensação de suporte inadequado, a elevada taxa de infecção entre os trabalhadores, o medo de contaminar familiares e a perda de colegas de equipe contribuem significativamente para o agravamento do sofrimento psicológico. A OMS identificou que os profissionais de enfermagem, submetidos a uma intensa pressão, apresentaram altos níveis de ansiedade (Ornell *et al.*, 2020).

2825

Dessa forma, este estudo se justifica pelo fato de os profissionais de enfermagem representarem a maior parte da força de trabalho em saúde e estarem na linha de frente no enfrentamento da COVID-19. Durante a pandemia, esses profissionais passaram de um cenário de desvalorização para o reconhecimento como heróis. No entanto, o impacto na saúde mental dessa categoria tornou-se evidente. Diante disso, surge a seguinte questão: Quais foram os principais impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos enfermeiros?

2 METODOLOGIA

Este estudo adotou como metodologia a revisão integrativa da literatura, que teve como objetivo reunir e sintetizar o conhecimento existente sobre um tema específico. Essa abordagem possibilitou a identificação, análise e integração de resultados de pesquisas independentes, contribuindo para a melhoria da qualidade da assistência aos pacientes. Tratou-se de uma análise bibliográfica com enfoque exploratório, cujos dados foram obtidos por meio de buscas eletrônicas em bases de dados acadêmicas. A revisão foi conduzida por meio das seguintes etapas: formulação da pergunta norteadora, busca e seleção dos estudos, coleta de dados, análise

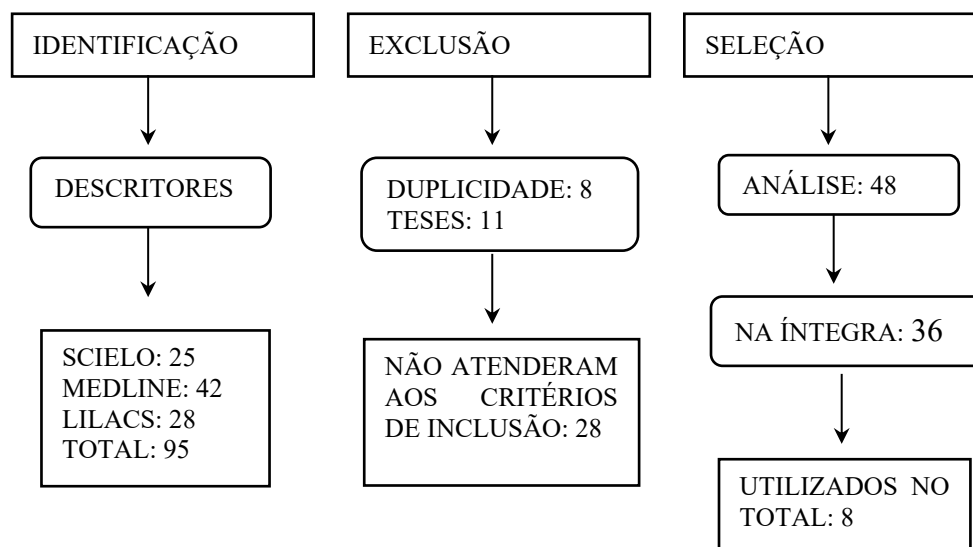
crítica dos artigos incluídos, discussão dos resultados e, finalmente, apresentação da revisão (SOUSA; SILVA; CARVALHO, 2010).

O estudo foi guiado pela seguinte pergunta norteadora: “Quais foram os principais impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos enfermeiros?”. A busca de dados foi realizada entre agosto e setembro de 2025 em duas fontes principais: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e United States National Library of Medicine (PUBMED), através das bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE). A partir da pergunta norteadora, foram utilizados descritores registrados no portal Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), combinados com o operador booleano “AND”: Saúde Mental; COVID-19; Enfermagem.

Os critérios de inclusão abrangeram artigos publicados entre 2020 e 2025, nos idiomas português, espanhol e inglês, disponíveis na íntegra e que trataram do tema proposto. Foram excluídos estudos que não abordaram a temática ou que não se enquadraram no recorte temporal estabelecido, além de teses e monografias.

Os resultados foram organizados de forma resumida, destacando os principais achados de maneira clara e objetiva, permitindo uma análise crítica aprofundada. Durante a análise, foram considerados os resultados e interpretações dos autores, agrupando os estudos em categorias temáticas com base nas semelhanças nas discussões e nos achados. Para a sistematização e análise dos artigos, foi elaborado um quadro contendo os dados das publicações, que foram posteriormente discutidos à luz da literatura pertinente.

Figura 1 - Fluxograma metodológico da pesquisa.



Autores, 2025.

3 RESULTADOS

Após a busca e leitura, foram escolhidos 8 artigos que atenderam aos critérios de inclusão predeterminados na construção desse trabalho, os quais estão dispostos em um quadro.

Quadro 1- Resultados da análise sobre os principais impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos enfermeiros.

2827

Nº	Autor/Ano	Título	Objetivo	Periódico	Metodologia	Achados
1	Bezerra et al., 2020.	O impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde: revisão integrativa	Identificar os fatores que influenciam na saúde mental dos profissionais de saúde no enfrentamento da COVID-19	Revista Enfermagem Atual In Derme	Revisão Integrativa	Profissionais de saúde apresentaram aumento de ansiedade, estresse e exaustão; fatores incluem carga de trabalho, medo de contágio e falta de suporte institucional.
2	Centenaro et al., 2022.	Transtornos mentais comuns e fatores associados em trabalhadores de enfermagem	Analisar as interfaces entre o adoecimento mental (TMC), sociodemográficos, saúde e hábitos de vida de trabalhadores de enfermagem	Revista Brasileira de Enfermagem	Estudo Observacional/Quantitativo	Prevalência significativa de transtornos mentais comuns; fatores associados incluem idade, sexo,

Nº	Autor/Ano	Título	Objetivo	Periódico	Metodologia	Achados
		de unidades COVID-19				carga de trabalho e condições de saúde pré-existent.
3	Galon; Navarro; Gonçalves, 2022.	Percepções de profissionais de enfermagem sobre suas condições de trabalho e saúde no contexto da pandemia de COVID-19	Identificar as condições de trabalho e seus reflexos na saúde de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19, a partir das percepções dos próprios trabalhadores	Revista Brasileira de Saúde Ocupacional	Estudo Qualitativo	Trabalhadores relataram sobrecarga, estresse psicológico, desgaste emocional e necessidade de suporte institucional e psicológico.
4	Sousa et al., 2022.	Saúde mental da equipe de enfermagem na pandemia da covid-19	Analisar os fatores estressores e de prevenção percebidos pela equipe de enfermagem durante a pandemia da COVID-19 em uma unidade hospitalar da rede pública de Fortaleza, Ceará no ano de 2021	Revista Enfermagem Atual In Derme	Estudo Descritivo/Qualitativo	Identificação de estressores como carga horária, risco de contágio e falta de equipamentos; estratégias de enfrentamento incluem apoio entre colegas e práticas de autocuidado.
5	Santos et al., 2022.	A saúde mental dos profissionais de enfermagem frente à pandemia do COVID-19: Revisão de literatura	Analisar a saúde mental dos profissionais de enfermagem frente à pandemia do COVID-19	Revista Nursing	Revisão de Literatura	Evidenciou impacto negativo na saúde mental: aumento de ansiedade, depressão, estresse e exaustão emocional; reforça necessidade de políticas de suporte.
6	Fernandes et al., 2023.	Saúde mental da equipe de enfermagem intensivista ante a pandemia da covid-19:	Identificar, na literatura científica, as condições da saúde mental do profissional de enfermagem	Aquichan	Revisão Integrativa	Profissionais intensivistas apresentam elevado estresse, ansiedade e burnout;

N ^o	Autor/Ano	Título	Objetivo	Periódico	Metodologia	Achados
		revisão integrativa	intensivista durante pandemia			recomenda-se intervenções de suporte psicológico e institucional.
7	Silva Junior et al., 2023.	Os efeitos da pandemia no bem-estar dos enfermeiros brasileiros no combate ao covid-19: uma revisão de escopo	Identificar e sintetizar os estudos sobre os preditores relacionados à saúde mental entre enfermeiros que atuam na linha de frente no combate ao COVID-19	Revista de Saúde UNIPAR	Revisão de Escopo	Principais preditores: carga de trabalho excessiva, risco de contágio, falta de suporte; impacto em bem-estar, saúde mental e motivação profissional.
8	Ampos et al., 2023.	Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas	Analisar as implicações autopercebidas e as estratégias utilizadas por trabalhadores de enfermagem de unidades dedicadas e não dedicadas à COVID-19 acerca da atuação profissional no enfrentamento da pandemia	Revista Brasileira de Enfermagem	Estudo Descritivo/Qualitativo	Evidenciou exaustão emocional intensa; estratégias de enfrentamento incluem organização de rotina, apoio entre colegas e cuidados pessoais.

Autores, 2025.

2829

4 DISCUSSÃO

Os profissionais de enfermagem que atuaram na linha de frente durante a pandemia da COVID-19 foram expostos a uma série de desafios emocionais, psicológicos e físicos que ultrapassaram os limites da rotina hospitalar convencional. A sobrecarga de trabalho, aliada ao medo constante de contaminação, gerou um ambiente de tensão permanente, marcado por altos níveis de ansiedade, estresse e sofrimento psíquico. A preocupação em contrair o vírus ou transmiti-lo a familiares, amigos e colegas intensificou esse quadro, configurando o fenômeno conhecido como “coronofobia”, que se tornou uma das principais causas de angústia entre os profissionais da saúde (Bezerra et al., 2020).

A instabilidade provocada pela pandemia, somada à escassez de informações sobre os protocolos de tratamento, à ausência de contato humano e à confiança limitada nas instituições de saúde, contribuiu para o agravamento do sofrimento emocional. A falta de previsibilidade e o sentimento de impotência diante da gravidade dos casos clínicos geraram um cenário de vulnerabilidade psicológica, especialmente entre os profissionais que atuavam diretamente com pacientes em estado crítico. A ansiedade despontou como o transtorno mais prevalente, seguida pela depressão e pelo estresse. Dados revelam que, entre mulheres enfermeiras, a ansiedade atingiu 28,8%, a depressão 16,5% e o estresse 8,1%, evidenciando o impacto profundo das condições de trabalho sobre a saúde mental dessa categoria (Centenaro et al., 2022).

A rotina extenuante imposta pela pandemia incluiu jornadas prolongadas, aumento das demandas assistenciais, uso contínuo e muitas vezes desconfortável de equipamentos de proteção individual, além de mudanças constantes nas diretrizes institucionais. A ausência de colegas afastados por pertencerem a grupos de risco também sobrecarregou as equipes, exigindo maior esforço físico e emocional dos profissionais ativos. Esses fatores repercutiram diretamente nas relações interpessoais, elevando os níveis de irritabilidade, dificultando a comunicação e comprometendo a coesão entre os membros das equipes de enfermagem (Galon; Navarro; Gonçalves, 2022).

2830

Paralelamente, os enfermeiros vivenciaram uma ambivalência emocional complexa. Embora recebessem manifestações públicas de reconhecimento, como aplausos e homenagens, também foram alvo de agressões físicas e verbais, muitas vezes motivadas por atrasos no atendimento, pela aplicação rigorosa de protocolos científicos ou por falhas estruturais nos serviços de saúde. Essas agressões, além de injustas, revelam a fragilidade do sistema de saúde diante de uma crise sanitária de grandes proporções, marcada por insuficiência de recursos, falta de planejamento e problemas de gestão que recaíram diretamente sobre os profissionais da linha de frente (Sousa et al., 2022).

Diante desse cenário, torna-se evidente a necessidade de atenção especial à saúde mental dos profissionais de enfermagem. A implementação de intervenções voltadas ao apoio psicoemocional, como espaços de escuta terapêutica, grupos de acolhimento e estratégias de fortalecimento da resiliência, é fundamental para minimizar as sequelas psicológicas decorrentes da atuação intensa durante a pandemia. Tais medidas devem ser incorporadas de forma permanente às políticas institucionais, não apenas como resposta emergencial, mas como parte integrante da valorização profissional (Santos et al., 2022).

O adoecimento psíquico identificado nos estudos analisados não se restringe ao período pandêmico, mas revela impactos duradouros sobre o humor, as emoções e a funcionalidade diária dos profissionais. Sintomas como estresse crônico, sensação de sobrecarga, insônia, irritabilidade e dificuldade de concentração são indicadores claros da necessidade de cuidados direcionados à saúde mental. Esses sintomas comprometem não apenas o bem-estar individual, mas também a qualidade da assistência prestada, tornando urgente a criação de ambientes de trabalho mais saudáveis e humanizados (Fernandes et al., 2023).

Além das ações terapêuticas, é imprescindível garantir a segurança, os direitos trabalhistas e a proteção social dos profissionais de enfermagem, especialmente em contextos de crise sanitária. O reconhecimento do papel vital desempenhado por esses profissionais deve ser efetivado por meio de políticas públicas, atuação de conselhos de classe, sindicatos e associações representativas. Essas entidades têm o papel de assegurar condições adequadas de trabalho, estabilidade emocional e valorização profissional, contribuindo para a construção de um sistema de saúde mais justo, eficiente e preparado para enfrentar futuras emergências (Silva Junior et al., 2023).

Em suma, os impactos da pandemia sobre os profissionais de enfermagem transcendem o campo físico e atingem profundamente o emocional e o psicológico. A superação desses desafios exige uma abordagem multidimensional, que envolva suporte institucional, políticas de saúde mental, valorização profissional e transformação das condições de trabalho. Somente assim será possível garantir que esses profissionais, que foram pilares da resposta à crise sanitária, possam continuar exercendo suas funções com dignidade, segurança e equilíbrio emocional (Ampos et al., 2023).

2831

5 CONCLUSÃO

Dessa forma, os estudos analisados oferecem uma compreensão ampla dos desafios enfrentados pelos enfermeiros no que se refere à saúde mental, especialmente durante a pandemia de COVID-19. Eles demonstram que esses profissionais estão expostos a diversos transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e alterações no comportamento social. O aumento da exaustão emocional decorre de múltiplos fatores, incluindo jornadas de trabalho extensas, demandas intensificadas, uso contínuo de equipamentos de proteção individual, alterações frequentes nas diretrizes institucionais e a constante preocupação com a possibilidade de contágio ou transmissão do vírus. Esses

elementos repercutem diretamente nas interações interpessoais, tornando a dinâmica e a convivência dentro das equipes mais complexas e desafiadoras.

REFERÊNCIAS

AMPOS, Larissa Fonseca et al. Implicações da atuação da enfermagem no enfrentamento da COVID-19: exaustão emocional e estratégias utilizadas. *Escola Anna Nery*, v. 27, 2023.

BARROS, Alyce Brito et al. Impactos da pandemia da covid-19 na saúde mental dos profissionais de enfermagem. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 10, p. 81175-81184, 2020.

BEZERRA, Gabriela Duarte et al. O impacto da pandemia por COVID-19 na saúde mental dos profissionais da saúde: revisão integrativa. *Rev. Enferm. Atual In Derme*, Edição especial, 2020.

CENTENARO, Alexa Pupiara Flores Coelho et al. Transtornos mentais comuns e fatores associados em trabalhadores de enfermagem de unidades COVID-19. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 56, 2022.

DANTAS, Eder Samuel Oliveira. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, v. 25, p. e200203, 2021.

FERNANDES, Renata Marinho et al. Saúde mental da equipe de enfermagem intensivista ante a pandemia da covid-19: revisão integrativa. *Aquichan*, v. 23, n. 2, p. e2326-e2326, 2023.

GALON, Tanyse; NAVARRO, Vera Lucia; GONÇALVES, Angélica Martins de Souza. Percepções de profissionais de enfermagem sobre suas condições de trabalho e saúde no contexto da pandemia de COVID-19. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. 47, p. e2022, 2022.

LEITE, Airton César et al. Estratégias e desafios em manter a saúde mental dos profissionais de enfermagem no contexto da pandemia Covid-19. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 7, p. e40510716417-e40510716417, 2021.

LUZ, Dayse Christina Rodrigues Pereira et al. Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. *Nursing (São Paulo)*, v. 24, n. 276, p. 5714-5725, 2021.

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.

QUEIROZ, Aline Macêdo et al. O 'NOVO' da COVID-19: impactos na saúde mental de profissionais de enfermagem?. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 34, p. eAPE02523, 2021.

SANTOS, Regina Consolação dos et al. A saúde mental dos profissionais de enfermagem frente à pandemia do COVID-19: Revisão de literatura. *Nursing (São Paulo)*, pp. 8882-8893, 2022.

SILVA JUNIOR, Milton Domingues et al. Os efeitos da pandemia no bem-estar dos enfermeiros brasileiros no combate ao Covid-19: uma revisão de escopo. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 27, n. 2, p. 701-719, 2023.

SOUSA, Ana Karolyne Siqueira et al. Saúde mental da equipe de enfermagem na pandemia da COVID-19. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 96, n. 39, 2022.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*, v. 8, 1 Pt 1, p. 102-106, 2010.

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, p. e20200276, 2020.