

**CENTRO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE DE PERNAMBUCO – CESP FACULDADE DE  
GOIANA-FAG**

**ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO UTILIZADAS POR ENFERMEIROS  
EMERGENCISTAS ATUANTES NA PANDEMIA DA COVID 19 EM PROMOÇÃO A  
SAÚDE MENTAL**

Naymar Yonara Carneiro da Cunha Pereira<sup>1</sup>, Rafaela Cristina da Silva<sup>2</sup>, Thassia Thame de Moura  
Silva<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Enfermeira. Pós-graduanda em Urgência, Emergência e UTI. Recife, Pernambuco, Brasil.

<sup>2</sup>Enfermeira. Pós-graduanda em Urgência, Emergência e UTI. Recife, Pernambuco, Brasil.

<sup>3</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem, Docente do Centro de Educação em Saúde de Pernambuco-CESP. Recife, Pernambuco, Brasil.

**INTRODUÇÃO:** A equipe de enfermagem nos serviços de urgência e emergência, foram responsáveis a prestar os primeiros atendimentos ao indivíduo acometido pela COVID-19. O enfermeiro neste contexto, responsável muitas vezes pelo primeiro contato ao paciente, com uma patologia desconhecida, deverá agir forma ágil e eficaz, submetendo-se assim, a longas jornadas de trabalho em altos níveis de tensão.<sup>1</sup> O desgaste acometido à saúde mental destes profissionais, neste período, gerou impactos negativos, possibilitando seu adoecimento físico e psíquico, no qual fez-se necessário desenvolver estratégias de fortalecimento mental.<sup>2</sup> **OBJETIVO:** Avaliar as estratégias de enfrentamento utilizadas por enfermeiros emergencistas atuantes na pandemia da COVID-19 em promoção a sua saúde mental. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, sendo utilizada como pergunta norteadora: “Quais as estratégias de enfrentamento utilizadas por enfermeiros emergencistas atuantes na pandemia da COVID 19 em promoção a saúde mental?”, através do cruzamento dos descritores: covid 19 *and* enfermeiro *and* saúde mental *and* o termo alternativo: estratégias de enfrentamento, com busca no período de março e abril de 2023, através das bases de dados da biblioteca virtual de saúde *National Library of Medline* (MEDLINE), *Literatura Latino-americano e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e Base de Dados em Enfermagem (BDENF). A seleção foi realizada por artigos disponíveis na íntegra, publicados de 2020 até 2022, nos idiomas português, inglês e espanhol, excluindo-se teses, dissertações e livros. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Diante dos artigos avaliados, 4 foram selecionados para compor nossa pesquisa, a base de dados (MEDLINE), contemplou um maior número de artigos, o ano de 2020 se destacou com mais publicações e o idioma inglês foi o mais utilizado. O apoio social e familiar foi considerado uma das estratégias de fortalecimento para a saúde mental, impactando positivamente a rotina dos enfermeiros.<sup>3</sup> Já o enfrentamento espiritual, a prática de atividade física e o simples fato de expressar seus sentimentos através de um diálogo, emergiu como um dos manejos de autocuidado mais comuns ao lidar com sua turbulência emocional.<sup>4</sup> As rodas de conversas terapêuticas entre os próprios profissionais, foram escolhas bastante utilizadas, pois permitiram sanar dúvidas através de conhecimentos científicos, capacitar os profissionais para que estes identifiquem precocemente alterações na sua saúde mental e divulgar campos para atendimento psicológico, ajudando a reduzir o sofrimento emocional. Outras alternativas utilizadas foram as Práticas Integrativas e Complementares, estas atuam com um grande potencial de contribuição para a saúde e bem estar, destacando-se terapias alternativas como a meditação, auriculoterapia, fitoterapia, musicoterapia, aromaterapia.<sup>5,6</sup> **CONCLUSÃO:** Foi concluído diante a análise bibliográfica encontrada, que as principais estratégias efetivas no enfrentamento para otimização da saúde mental dos enfermeiros, atuante nas emergências durante o período da COVID-19, foram o uso das Práticas Integrativas Complementares, rodas de conversas terapêuticas e apoio social dos familiares. Estas opções oferecidas são de fácil implementação e baixo ou custo algum, o que torna possível os gestores aderirem a prática destas atividades em qualquer cenário, promovendo a saúde mental da categoria da enfermagem e conseqüentemente melhorando a rotina de trabalho e a assistência prestada.

**Palavras-chaves:** Covid-19, Estratégias de enfrentamento, Enfermeiro e Saúde mental.

## REFERÊNCIAS

1. Thomas, L. S., Pietrowski, K., Kinalski, S. da S., Bittencourt, V. L. L., & Sangoi, K. C. M. (2020). Atuação do enfermeiro emergencista na pandemia de covid-19: Revisão narrativa da literatura / The role of emergency nurses in the covid-19 pandemic: A narrative review of the literature. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(6), 15959–15977. <<https://doi.org/10.34119/bjhrv3n6-027>>
2. Moreira, AS; Lucca, S; Psychosocial support and mental health of nursing professionals in the fight against COVID-19. *Enfermagem em Foco* 2020.
3. Ferreira, FGP, Alencar, AB, Bezerra, SL, Sousa, AAS & Carvalho, CML (2020). A reflection on the mental health of the emergency nurse in the context of the pandemic by Covid-19. *Research, Society and Development*, 9(7): 1-21, e704974534.
4. Maideen AA, Idris DR, Lupat A, Chung YF, Haji-Badarudin HS, Suhai HK, Abdullah HN, Omar HR, Kisut R, Abdul Rahman H, Abdul-Mumin KH. Nurses' mental health and coping strategies throughout COVID-19 outbreak: A nationwide qualitative study. *Int J Ment Health Nurs*. 2022 Oct;31(5):1213-1227. doi: 10.1111/inm.13031. Epub 2022 Jun 17. PMID: 35714038; PMCID: PMC9349883.
5. Riedel B, Horen SR, Reynolds A, Hamidian Jahromi A. Mental Health Disorders in Nurses During the COVID-19 Pandemic: Implications and Coping Strategies. *Front Public Health*. 2021 Oct 26; 9:707358. doi: 10.3389/fpubh.2021.707358. PMID: 34765579; PMCID: PMC8575697.
6. REIS, L.M. et al. Atuação da enfermagem no cenário da pandemia COVID-19. *Rev. Nurs. São Paulo*, v. 23, n. 269, p. 4765-4772, 2020. Disponível em:<<https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i269p4765-4772>>.