

Saúde mental do enfermeiro frente ao enfrentamento da covid-19

Mental health of the nurse in front of coping-covid-19

DOI:10.34117/bjdv7n8-027

Recebimento dos originais: 07/07/2021

Aceitação para publicação: 03/08/2021

Osmar Barbosa da Silva

Discente do curso de Enfermagem

Instituição: Faculdade de Colinas do Tocantins – Grupo UNIESP

Endereço: R. Dom Manoel, 1297 – Novo Planalto, Colinas do Tocantins – TO, Brasil

E-mail: osmarbarbosasilva122@gmail.com

Claudemir Alves Nascimento

Discente do curso de Enfermagem

Instituição: Faculdade de Colinas do Tocantins – Grupo UNIESP

Endereço: R. Dom Manoel, 1297 – Novo Planalto, Colinas do Tocantins – TO, Brasil

Marcella Mirelle Souza Pereira

Enfermeira pela Faculdade de Colinas do Tocantins – Grupo UNIESP

Pós-graduanda em Urgência e Emergência e UTI Geral

Coordenadora da Unidade Covid-19 do município de Nova Olinda - TO

Endereço: Secretaria de saúde do Município de Nova Olinda – TO

E-mail: marcellamp@outlook.com

Jeane Lopes da Silva

Discente do curso de Enfermagem

Instituição: Faculdade de Colinas do Tocantins – Grupo UNIESP

Endereço: R. Dom Manoel, 1297 – Novo Planalto, Colinas do Tocantins – TO, Brasil

E-mail: jeane.1986@hotmail.com

Mikael Henrique de Jesus Batista

Enfermeiro pela Universidade Federal de Goiás

Mestre em Ensino em Ciências e Saúde pela Universidade Federal do Tocantins

Doutorando em Engenharia Biomédica pela Universidade Brasil

Docente do curso de Enfermagem

Instituição: Faculdade de Colinas do Tocantins – Grupo UNIESP

Endereço: R. Dom Manoel, 1297 - Novo Planalto, Colinas do Tocantins - TO, Brasil

Enfermeiro do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins

E-mail: mikael.batista@ifto.edu.br

Marilene Alves Rocha

Enfermeira

Mestra em Ciências Ambientais

Instituição: Faculdade de Colinas do Tocantins – Grupo UNIESP

Endereço: R. Dom Manoel, 1297 -Novo Planalto, Colinas do Tocantins -TO, Brasil

E-mail:marilene-ar@hotmail.com

RESUMO

O estudo apresenta fatores que tem se tornado motivo de preocupação para toda a classe de enfermagem, devido ao agravamento à saúde mental e física dos profissionais da linha de frente, em especial aos enfermeiros (as). **Método:** Refere-se a uma Revisão sistemática da literatura, de forma investigativa, apresentando achados de estudos publicados em três bases de dados, sendo elas BVS; SciELO; e LILACS, sendo grande parte elaborados por enfermeiros, e minoria feito por acadêmicos da área. **Resultados:** Após a análise de dados, foi possível obter alguns agravos enfrentados por estes profissionais, em que os pesquisadores apresentaram algumas intervenções com embasamentos científicos para evitar agravos na saúde mental da linha de frente ao enfrentamento ao COVID-19.

Palavras-Chave: “Covid-19”; Pandemia; Enfermagem; “Saúde Mental”.

ABSTRACT

The study presents factors that have become a matter of concern for the entire nursing class, due to the damage to the mental and physical health of front-line professionals, especially nurses. **Method:** It refers to a systematic review of the literature, in an investigative way, presenting findings of studies published in three databases, namely the VHL; SciELO; And LILACS, being a great part elaborated by nurses, and a minority made by academics in the area. **Results:** After analyzing the data, it was possible to obtain some grievances faced by these professionals, in which the researchers presented some interventions with scientific foundations to avoid harm to mental health on the front line when facing COVID-19.

Keywords: “Covid-19”; Pandemic; Nursing; "Mental health".

1 INTRODUÇÃO

O novo coronavírus 2019 (SARS-CoV-2), também conhecido como a doença COVID-19, que é entendido como uma Síndrome Respiratória Aguda Grave 2 (SARS-CoV-2), a qual tem causado uma grande desordem na saúde pública. A (SARS-CoV-2) manifestou-se em dezembro de 2019 na província de Wuhan China (IBGE, 2020; Ministério da Saúde, 2020).

A doença supracita é divergente de outras, pois a mesma é provocada por um vírus da espécie dos coronavírus, como por exemplo, Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) e a Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS) (PEREIRA et al., 2020a; HUMEREZ et al., 2020).

Aquela, tem repercussão global, e um dos aspectos intrínsecos a esta, é o fato da facilidade de sua ocorrência e transmissibilidade cresceram drasticamente, ocasionando diversas discussões no meio científico. Ressalta-se que o Brasil teve seu primeiro caso em fevereiro de 2020, e em 11 de março foi declarado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma pandemia, devido ao aumento significativo na Europa, fator esse

que pôde se observar a facilidade na propagação de transmissão do vírus (PEREIRA et al., 2020a; HUMEREZ et al., 2020; RAMÍREZ-ORTIZ et al., 2020).

O covid-19 possui uma elevada transmissibilidade entre indivíduos, que pode ocorrer através do contato físico de uma pessoa para outra e/ou contato com superfícies contaminadas pelo vírus. A disseminação assintomática dificulta a detecção para o controle da doença, levando em consideração que o isolamento ainda é a medida mais eficiente de prevenção do contágio. Isso facilita o desenvolvimento de casos em populações vulneráveis, como portadores de comorbidades e idosos (PEREIRA et al., 2020a; HUMEREZ et al., 2020; RAMÍREZ-ORTIZ et al., 2020).

Outro potencial fator de transmissão é a evidencia de que o vírus permanece vivo em objetos e superfícies por longos períodos de tempo, o que beneficia a contaminação tanto dos profissionais de saúde como dos pacientes sendo necessários rigorosos protocolos de segurança (CHAN et al. 2020; LAI et al. 2020).

Essa doença representa um evento infeccioso de saúde pública em larga escala a qual transforma radicalmente as estruturas e investimentos dos sistemas de saúde no mundo, tornando-se um episódio crítico que a comunidade internacional registra na história (CARVER PE, et al, 2020).

A escassez de Equipamentos de Proteção Individual (EPI's) e Equipamento de Proteção Coletiva (EPC) tem sido um problema inerente que atormenta os profissionais de enfermagem na assistência a pacientes infectados pelo Covid-19 (BRAGA et al., 2018; BOWDEN et al., 2015; AVELLAR et al., 2007).

Nesse contexto de adversidade global de saúde, os profissionais e trabalhadores envolvidos direta ou indiretamente no enfrentamento ao Covid-19 estão expostos diariamente ao risco de adoecer pelo novo Coronavírus, um dos fatores preocupantes para estes que estão na linha de frente é a preocupação e receio em veicular o vírus para dentro do próprio lar, principalmente aqueles onde residem pessoas de grupo de riscos (LIMA et al., 2020b; CABELLO & PÉREZ, 2020).

Neste sentido, vários profissionais, optam por não voltar para casa após plantões exaustivos, isolam-se em repousos ou até mesmo hotéis, para manter a família longe do perigo de contaminação, tal situação essa que é geradora de estresse e Sofrimento Emocional (SE) a esse público. Tais agravos à saúde mental acometem principalmente os profissionais de enfermagem, por estarem na linha de frente da assistência a pacientes (LIMA et al., 2020b; CABELLO & PÉREZ, 2020).

Há que se destacar que o ambiente hospitalar em condições normais, já exige que o enfermeiro faça seu trabalho em um ambiente carregado de intensidade, lidando com o sofrimento, a dor, mortes e recuperações, o que pode ser ainda mais intensificado nesse período pandêmico, tudo isso favorece o surgimento de altos níveis de estresse, ocasião que se torna propício para o surgimento de sofrimento emocional nesses profissionais (RIBEIRO et al., 2020; SILVA & MAGLHÃES, 2014).

Destaca-se que em meio ao cenário provocado pela pandemia, muito tem se falado sobre circunstâncias que geram e causam Sofrimento Emocional (SE) na equipe da linha de frente no âmbito hospitalar. Tais danos na Saúde Mental (SM) afetam especialmente enfermeiros, visto que se encontram constantemente expostos diretamente a pacientes, sofrendo, pois, um alto de risco de contaminar-se (LIMA et al., 2020b; CABELLO & PÉREZ, 2020).

Nesse contexto, nota-se que grandes são as consequências provocadas pela Covid-19 no mundo, ocasionando de forma progressiva o aumento de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em enfermeiros. Os principais sintomas desses transtornos são; ansiedade, episódio de pânico, fadiga, acúmulo de estresse e até mesmo agressividade acarretada pelo acúmulo de responsabilidades, e depressão quando o profissional já se encontra em estágio moderado (ESTEVEZ et al., 2019).

Diante do exposto, leva-se a questionar “Quais são os principais fatores que levam profissionais de Enfermagem a sofrer transtornos mentais no enfrentamento a pandemia? Salienta-se que, o fundamento primordial desse artigo, é gerar uma reflexão diante de fundamentos teóricos sobre o sofrimento gerado no contexto hospitalar em enfermeiros que estão na linha de frente no enfrentamento a pandemia.

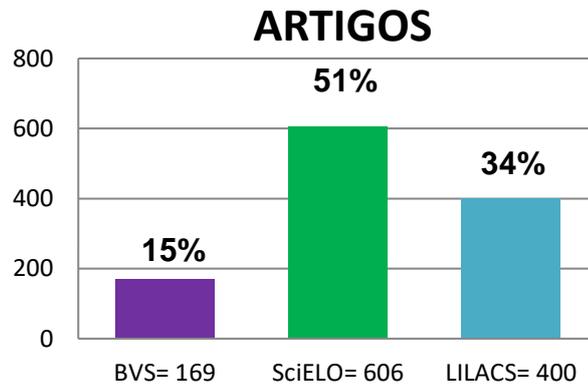
2 METODOLOGIA

O estudo trata-se de uma Revisão Sistemática da Literatura definida como quantitativa sobre a correlação da pandemia e seus efeitos causados na vida profissional e pessoal da equipe de enfermagem, conforme Siddaway, Wood & Hedges (2019) é uma investigação de materiais científicos disponíveis em plataformas e outros meios, com o intuito de gerar uma ideia nova a partir de ideias já desenvolvidas, causando no leitor uma análise reflexiva voltada ao tema proposto.

Utilizou-se três bases de dados para coletar os artigos, sendo elas Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Os descritores em

Ciências da Saúde utilizados para a pesquisa foram “Covid-19”, “Pandemia”, “Enfermagem” e “Saúde Mental. No cruzamento dos descritores usou-se covid-19 AND pandemia AND enfermagem AND saúde mental, e a estratificação dos resultados obtidos estão apresentados no gráfico abaixo.

Gráfico 1: Percentual de artigos encontrados em cada base de dados:



Fonte: Pesquisa intitulada saúde mental do enfermeiro frente ao enfrentamento da covid-19.

Usou-se como metodologia para inclusão dos estudos, artigos que foram publicados na língua Portuguesa, e publicados do início da pandemia no Brasil até os dias atuais, ou seja, entre os anos de 2020 e 2021. E para exclusão, artigos duplicados, aqueles que não faziam menção ao tema em questão no título e resumo, e aqueles que não estiveram disponíveis na íntegra para download.

No decorrer desse processo, foi possível filtrar 12 artigos, e após a leitura e discussão entre os pesquisadores por meio da reunião consenso, excluiu-se três estudos pelo fato de se apresentarem baixa ou nenhuma relevância, com informações básicas e pouco explicativas sobre os efeitos causados na enfermagem, restando um total de nove artigos.

3 RESULTADOS

A partir dos estudos encontrados, houve a estratificação organizacional para apresentar os dados obtidos específicos para cada base de dados supracitada, de modo apresentado abaixo:

BIBLIOTECA VIRTUAL DE SAÚDE

Título do artigo	Ano de publicação
A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid- 19	2020
Pandemia, conjunturas de crise e prática profissional: qual o papel da enfermagem diante da Covid-19?	2021
Conhecendo os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem	2020

SciELO

Título do artigo	Ano de publicação
Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio	2020
Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19	2020
A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional	2020

LILACS

Título do artigo	Ano de publicação
Sofrimento emocional dos Enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19	2020
Sofrimento psíquico entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19: Scoping Review	2020
Burnout nos profissionais de saúde durante a pandemia COVID-19	2020

Fonte: Pesquisa intitulada saúde mental do enfermeiro frente ao enfrentamento da covid-19.

Salienta que, em cada base de dados separou-se três estudos publicados. Destaca-se que as buscas nas bases de dados se iniciaram dia 16 de março de 2021 às 15:00 horas, horário de Brasília, a partir dos estudos em questão, houve a categorização deste e as mesmas estão apresentadas na discussão abaixo.

4 DISCUSSÃO

O SARS-CoV-2 ainda é um vírus novo, havendo assim, diversos aspectos a serem evidenciados, os quais alguns deles estão sumarizados afim de contribuir com o meio científico na produção e disseminação de informações acerca desse agravo a saúde humana, considerado um problema de saúde pública global, neste sentido, aborda-se

alguns dos problemas enfrentados pelos profissionais de enfermagem frente a esse caos vivenciado por todo o mundo, sendo eles:

Principais distúrbios e sofrimentos mentais causados em profissionais da enfermagem frente ao enfrentamento da Covid-19:

No decorrer da pandemia, grande têm sido relatos de profissionais com sintomas de depressão, ansiedade, síndrome de *burnout*, déficit na qualidade do sono, aumento na automedicação, sintomas psicossomáticos, receio de contaminar-se ou transmitir o vírus a familiares e amigos (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ), BRASIL.; et al., 2020).

Diversas foram às alterações causadas na rotina dos profissionais da linha de frente, a questão do distanciamento entre famílias e amigos, é um fator ao qual causa um abalo psicológico relevante na vida dos profissionais de saúde, em prol da segurança familiar (TAYLOR, 2019).

Conforme Lai, et al., (2020), as redes sociais tem sido de grande importância nesse processo de distanciamento entre profissionais e familiares, pois é um meio de comunicação fácil e ágil, porém também tem tornado um fator relevante ao desenvolvimento de estresse e ansiedade entre profissionais da saúde, devido desmistificação de notícias falsas, divulgações de índices de mortes por Covid-19, notícias sobre mortes de profissionais da linha de frente, dentre outros.

A Organização Mundial da Saúde, em maio de 2019, inseriu a Síndrome de Burnout na ICD-11 como um fenômeno correlacionado ao trabalho (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2019). Tal síndrome ocasiona diversos outros tipos de consequências que geral desgastes a saúde mental do profissional de enfermagem, como sequelas físicas, devido exaustão, dificuldades para dormir, e um aumento significativo no consumo de álcool (MASLACH et al., 1996).

No contexto da pandemia enfermeiros que trabalham no âmbito hospitalar, exigem maior atenção nos que se refere à sua saúde mental. Tem sido cada vez mais frequente o relato de aumento dos sintomas de ansiedade, depressão, estresse, aumento da dependência medicamentosa, síndrome de *burnout*, medo e perda da qualidade do sono (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ), BRASIL, 2020).

Diante desse fato, vislumbra-se o fato de que muitas vezes o enfermeiro é colocado em situações de emergência que o obriga a execução de tarefas exaustivas, além de jornadas de trabalho extensas e acompanhadas de plantões extenuantes, devidos

afastamentos e demandas, o que promove suscetibilidade ao surgimento de estresse e risco de Síndrome de Burnout (SB).

Outro fator preocupante, que tem afetado a vida pessoal dos profissionais da linha de frente é o acúmulo de estresse gerado por diversos fatores, acarretando um impacto significativo de forma negativa a saúde mental e até mesmo física do enfermeiro (Zhou et al., 2020).

Nesse contexto, faz-se necessário destacar, que a enfermagem a qual está a frente ao cuidado assistencial aos pacientes, é uma função um tanto quanto sobrecarregada, pois, carrega consigo numerosas obrigações, e conseqüentemente lida sempre com sofrimento, dor e perdas, sofrem pela desvalorização salarial, condições essa, que associadas geram Sofrimento Emocional (SE). Diante disso, geram Transtornos Mentais Comuns (TMC), causando agravos na Saúde Mental (SM) (KIRCHHOF et al., 2009).

Escassez de Equipamento de Proteção Individual (EPI's):

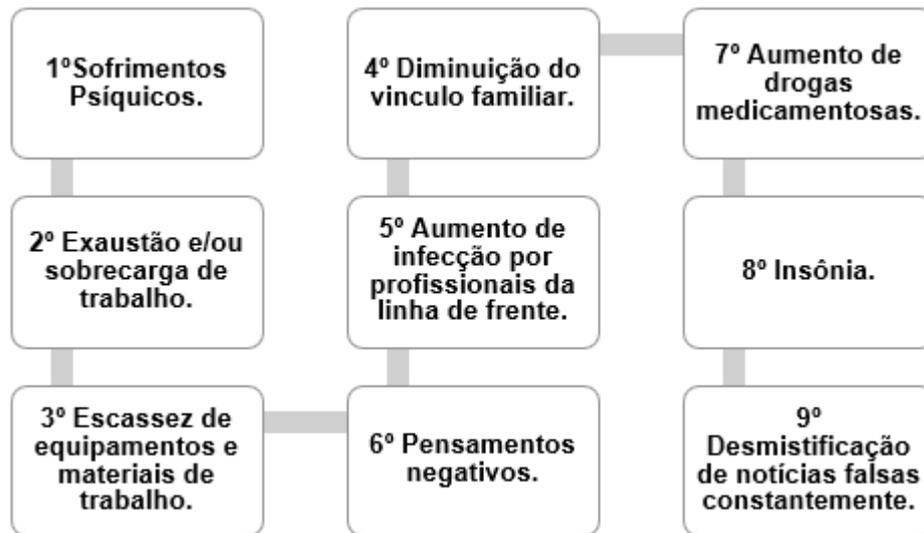
A Anvisa juntamente com o Ministério da Saúde (MS) publicou conjunto de orientações voltadas as normas e medidas em prol da segurança e saúde de profissionais, desde a baixa, média e alta complexidade, os equipamentos de proteção individual e coletiva, são de total responsabilidade administrativas, e engenharia e organização no trabalho (ANVISA, 2020).

Destaca-se que, ao enfrentamento da COVID-19, é crucial o uso de Equipamentos de Proteção tanto individual, quanto coletivo, pelos profissionais da saúde, tais materiais devem ser ofertados pela própria instituição de trabalho, totalmente de forma gratuita. Brasil (Ministério do Trabalho, et al; 1978).

Conforme Wang J, et al.; (2019), a carência de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) é um dos principais fatores aos quais tem crescido o aumento de infecções em profissionais da linha de frente. É crucial garantir a proteção e saúde dos profissionais da linha de frente contra a Covid-19, garantindo, pois, que os mesmos não sejam veículos para a transmissão, assim, preservando seu estado de saúde, caucionando a assistência ao público necessitado (CHANG D, XU H, REABAZA A, SHARMA L, CRUZ CSD; et al 2020).

Análise dos principais achados causados pela Covid-19 em profissionais da enfermagem, seguido de intervenções:

A seguir, será apresentado em forma de um diagrama onde se apresenta os principais achados no decorrer do estudo, classificado por ordens de maior problemática enfrentadas por profissionais da linha de frente, em específico, enfermeiros.



Fonte: Pesquisa intitulada saúde mental do enfermeiro frente ao enfrentamento do covid-19.

Percebe-se que o surto vivenciado é multidimensional, que ocasionam consequências funcionais, desde o emocional, físico, psicológico e até mesmo social, diante disso algumas medidas preventivas podem ser adotadas para diminuir agravos a tais profissionais.

Destarte, faz-se necessárias como medidas preventivas o acompanhamento por profissional Psicólogo para estratégia de estabilização emocional, principalmente aqueles profissionais Enfermeiros que apresentam algum sintoma de SE, elaborando intervenções precoces, amenizando, pois o agravo dos sofrimentos psíquicos (AHORSU DK, LIN CY; et al 2020).

Nesse contexto, para melhoria da qualidade de vida dos profissionais da linha de frente que, devido acúmulo da jornada de trabalho, plantões extras, devido esse excesso os profissionais não tiram um tempinho para descansar a mente e o corpo. Portanto, o ideal é que a equipe faça pausas entre atendimentos, e tenham um momento de ginástica laboral, para relaxar o corpo, e assim dar seguimento aos trabalhos sentindo-se mais dispostos (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ.2020).

Aconselha-se o aumento no uso da rede sócio afetiva, pois o contato familiar torna-se crucial ao bem estar e saúde mental, apesar do peso que a internet trás com notícias ruins, não verdadeiras, mortes e tragédias, ela tem também um poder muito grande na vida dos profissionais (AHORSU DK, LIN CY, et al; 2020).

Manter-se sempre firme em sua fé e/ou crença, é uma razão importante na vida, acreditando sempre em dias melhores (GAINO LV, SOUZA J, CIRINEU CT, TULIMOSKY TD; 2018). Ressalta-se a importância de evitar notícias sem embasamentos, e comprovações, evitando o desgaste emocional.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No transcorrer do estudo pode evidenciar de forma significativa os sofrimentos causados nos profissionais da Enfermagem frente à pandemia, apresentando as dificuldades tanto na estrutura física, quanto o adoecimento da saúde mental encontradas pelos mesmos durante seu exercício profissional.

Salienta-se que grande parte desse sofrimento tem como causa, a desvalorização profissional, nesse período torna-se necessário de forma urgente, um retorno psicoemocional a tais profissionais, pois o enfrentamento da Covid-19 tem tornado um fator preocupante.

Por tratar de uma temática basicamente nova, ressalta-se a ausência de muitas evidencias, e embora se saiba que as intervenções de muitas ações colaborariam nessas implicações que tem sido de grande peso aos profissionais de enfermagem, porém faz-se necessário sensibilizar gestores e governantes a elaborando medidas preventivas que garantam o bem estar e melhoria da qualidade da saúde mental dos profissionais da linha de frente como, ofertar terapias, melhoria salarial, ofertar equipamentos necessários, dentre outros.

Tal estudo traz consigo, um sinal de alerta a qual profissionais de enfermagem possam ficar mais atentos aos sinais e sintomas de danos à saúde mental, apresenta-se também, possíveis intervenções que o próprio enfermeiro (a) pode seguir visando evitar o agravamento de desgaste emocional e até transtornos emocionais.

REFERÊNCIAS

ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Nota técnica GVIMS/GGTES/ANVISA nº 04/2020. **Orientações para serviços de saúde: medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus (SARSCOV2)**. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/33852/271858/Nota+T%C3%A9cnica+n+04-2020+GVIMS-GGTES-ANVISA/ab598660-3de4-4f14-8e6f-b9341c196b28>. Acessado em: 14 abr. 2020.

AHORSU DK, Lin CY, Imani V, Saffari M, Griffiths MD, Pakpour AH. The fear of COVID19 scale: development and initial validation. **Int J Ment Health Addict**. 2020; 27:1-9. <http://dx.doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8>. PMID:32226353.

AVELLAR, L. Z., Iglesias, A., & Valverde, P. F. Sofrimento psíquico em trabalhadores de enfermagem de uma unidade de oncologia. **Psicologia Em Estudo**., 2007, 12(3), 475–481. doi: <https://doi.org/10.1590/s1413-73722007000300004>

BRASIL. **Ministério do Trabalho. Norma Regulamentadora 6** [Internet]. 1978 [acesso em (12 abril 2021)]. Disponível em: <https://trabalho.gov.br/portal/imagens>

BRAGA, D., Braga, D. S., & Paula, M. A. B. **Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem**. Revista Magistro., 2018. 1(17), 1–15. Disponível em: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/magistro/article/view/4409>

BOWDEN, M. J., Mukherjee, S., Williams, L. K., DeGraves, S., Jackson, M., & McCarthy, M. C. Work-related stress and reward: an Australian study of multidisciplinary pediatric oncology healthcare providers. **Psycho-Oncology**., 2015. 24(11), 1432–1438. doi: <https://doi.org/10.1002/pon.3810>.

CHAN, J. F., Yuan, S., et al. A familial cluster of pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: a study of a family cluster. **Lancet** (London, England), 2020. 395(10223), 514–523.

CARVER PE, Phillips J. Novel Coronavirus (COVID-19): what you need to know. **Workplace Health Saf**. 2020;68(5):250. <http://dx.doi.org/10.177/216507992091447>
CABELLO, I. R., & Pérez, I. R. El impacto de la pandemia por COVID-19 sobre la salud mental de los profesionales sanitarios. (Org.). **Escuela Ana da luza de Salud Pública: Consejería de Salud y Familias - Espanha**. 2020.

CHANG D, Xu H, Reabaza A, Sharma L, Cruz CSD. Protecting health-care workers from subclinical coronavirus infection. **Lancet**. [Internet]. 2020[cited 2020 Apr 20];8(1):13. Available from: <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2213-2600%2820%2930066-7>.

ESTEVEZ, G. G. L., Leão, A. A. M., & Alves, E.O. Fadiga e Estresse como preditores do Burnout em Profissionais da Saúde. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**., 2019. 15(4), 695–702. doi: <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.3.16943>

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ), BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia Covid. Recomendações para gestores.** 2020. Rio de Janeiro, Brasília: Fiocruz, MS; 2020. [acessado 10abril 2021]. Disponível em: <http://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental>.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ), BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: recomendações para gestores** [Internet]. Brasília: FIOCRUZ; 2020. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.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>

GAINO L. V., SOUZA J, CIRINEU, C. T., TULIMOSKY, T. D. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **SMAD Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** 2018; 2:108-16. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449>.

HUANG Y, ZHAO, N. Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. **Psychiatry Res.** 2020; 288:112954. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>. PMID:32325383.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Cidades: Sistema agregador de informações do IBGE sobre os municípios e estados do Brasil.** Rio de Janeiro, 2020.

KIRCHHOF, A. L. C., MAGNAGO, T. S. B. DE S., CAMPONOGARA, S., GRIEP, R. H., TAVARES, J. P., PRESTES, F. C., & PAES, L. G. Condições de trabalho e características sociodemográficas relacionadas à presença de distúrbios psíquicos