

Saúde mental em tempos de pandemia de Covid-19 e os profissionais de saúde: revisão narrativa

Mental health in the Covid-19 pandemic and the health professionals: a narrative review

Ana Cristina Mucke¹
 Adriana Fassbinder Dessuy²
 Ana Paula Kojoroski³
 Jovani Antonio Steffani⁴
 Sirlei Favero Cetolin⁵
 Vilma Beltrame⁶
 Luana Patrícia Marmitt⁷

¹Discente no programa de Mestrado em Biociências e Saúde; Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Campus Joaçaba, SC, Brasil. Enfermeira.

²Discente no programa de Mestrado em Biociências e Saúde; Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Campus Joaçaba, SC, Brasil. Fisioterapeuta.

³Discente no programa de Mestrado em Biociências e Saúde; Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Campus Joaçaba, SC, Brasil.

⁴Doutor em ergonomia. Docente no programa de Mestrado em Biociências e Saúde; Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Campus Joaçaba, SC, Brasil.

⁵Doutora em Serviços Sociais. Docente no programa de Mestrado em Biociências e Saúde; Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Campus Joaçaba, SC, Brasil.

⁶Doutora em Gerontologia Médica. Docente no programa de Mestrado em Biociências e Saúde; Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Campus Joaçaba, SC, Brasil.

⁷Doutora em Ciências da Saúde Docente no programa de Mestrado em Biociências e Saúde; Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), Campus Joaçaba, SC, Brasil.

Contribuição dos autores: A.C. Mucke foi responsável pela redação e revisão final do artigo; A.F. Dessuy e A.P. Kojoroski trabalharam na redação e revisão de literatura; J.A. Steffani foi responsável pela revisão de conteúdo; V. Beltrame e S. Cetolin foram responsáveis pela concepção e revisão crítica; L.P. Marmitt realizou a orientação da elaboração do artigo e aprovação final da versão a ser submetida.

Conflito de interesses: Os autores declaram não haver nenhum conflito de interesse na publicação deste manuscrito.

Autor correspondente: Ana Cristina Mucke - email: aninhamike@hotmail.com

RESUMO

Objetivo: identificar os desafios da pandemia de COVID-19 à saúde mental dos profissionais de saúde e possíveis intervenções.

Método: revisão narrativa a partir das bases de dados e repositórios de *preprints* disponíveis sobre a COVID-19 (MedRxiv, Scielo Preprints, Pubmed e OMS COVID-19, *Global literature on coronavirus disease*).

Resultados: expressiva carga emocional no trabalho dos profissionais da saúde, com frequentes relatos de depressão, ansiedade, alteração do sono e Síndrome de *Burnout*.

Conclusão: as medidas identificadas foram: redução das jornadas de trabalho, valorização profissional, melhoria nas condições de trabalho, suporte social e psicológico aos profissionais da saúde.

Palavras-chave: Saúde Mental; Pessoal da Saúde; Infecções por Coronavírus; Saúde do Trabalhador.

ABSTRACT

Objective: to identify the challenges of the COVID-19 pandemic to the mental health of health professionals and possible interventions.

Method: narrative review from the databases and repositories of preprints available on COVID-19 (MedRxiv, Scielo Preprints, Pubmed and WHO COVID-19, *Global literature on coronavirus disease*).

Results: expressive emotional load in the work of health professionals, with frequent reports of depression, anxiety, sleep disorders and *Burnout Syndrome*.

Conclusion: the measures identified were: reduction of working hours, professional valorization, improvement in working conditions, social and psychological support for health professionals.

Keywords: Mental Health; Health Personnel; Coronavirus Infections; Occupational Health.

INTRODUÇÃO

O novo coronavírus originou-se em Wuhan, província de Hubei, na China, em dezembro de 2019¹. Cerca de um mês depois, em 30 de janeiro de 2020, o Comitê de Emergência da Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou emergência de saúde global com base nas taxas crescentes de notificações de casos de infecção pelo vírus².

A acelerada propagação da COVID-19 por todo o mundo, a imprecisão do controle da doença e sua gravidade, além das incertezas quanto ao tempo de duração e sua resolução, tornaram-se preocupações recorrentes e têm colocado em risco a saúde mental da população geral³, especialmente, dos profissionais da área de saúde; o aumento no nível de responsabilidade, a proximidade com a dor e com o sofrimento dos pacientes os tornaram não somente os mais expostos ao contágio da doença como os mais vulneráveis do ponto de vista psicológico⁴. Em estudo realizado com 1563 médicos de diversas cidades Chinesas, foi verificada a prevalência de sintomas de estresse em 73,4% deles, depressão em 50,7%, ansiedade em 44,7% e insônia em 36,1%⁵.

Para tratar de forma adequada as desordens da saúde mental dos profissionais de saúde causadas pela pandemia é necessário compreendê-las, visto que há poucas evidências quanto às manifestações e suas formas de proteção à saúde mental deste grupo de profissionais. Assim, este estudo tem como objetivos revisar a literatura de forma narrativa e descrever os desafios e o impacto da pandemia do novo coronavírus à saúde mental dos profissionais de saúde e, também, abordar possibilidades de intervenções.

MÉTODO

Foi realizada revisão bibliográfica dos estudos publicados até 28 de maio de 2020, sendo usada a seguinte estratégia de busca: “*mental health*” AND (“*healthcare workers*” OR *workers*)” nas bases de dados e repositórios de *preprints*: MedRxiv, Scielo Preprints, Pubmed e Base de dados OMS COVID-19 (COVID-19 *Global literature on coronavirus disease*). Os critérios de inclusão foram: estar escritos em língua inglesa, portuguesa ou espanhola e serem publicações com humanos, abordando condições de saúde mental. Foram excluídos os artigos que não discorriam sobre aspectos psicológicos em seu conteúdo, além daqueles que estavam duplicados.

Outras referências foram buscadas nos estudos incluídos, utilizando-se os mesmos critérios de inclusão e exclusão mencionados anteriormente. De um total de 124 artigos, inicialmente identificados nas bases de dados, somente 18 artigos foram considerados elegíveis. Outros 6 artigos foram incluídos após a leitura das referências selecionadas, e mais 5 de outras fontes, totalizando 29 artigos. Estes compuseram a base de estudo para a elaboração desta revisão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Condições de trabalho dos profissionais de saúde no Brasil

No ambiente hospitalar, as condições de trabalho proporcionam maiores riscos à saúde dos trabalhadores quando comparadas a outras unidades de saúde; agravam-se nos hospitais públicos devido às longas jornadas, trabalhos manuais pesados e repetitivos, falta de equipamentos e quadro reduzido de trabalhadores⁶. Tais condições de trabalho tendem a favorecer o adoecimento físico e mental dos trabalhadores da área de saúde mesmo quando não há situação pandêmica.

No cenário atual de pandemia, o Ministério da Saúde (MS) relata que há falta de profissionais de saúde capacitados para o manejo de equipamentos de ventilação mecânica, fisioterapia respiratória e cuidados avançados de enfermagem, direcionados para o manejo clínico de pacientes graves de COVID-19, o que leva os profissionais a passarem muitas horas, além da jornada de trabalho em treinamentos⁷. Além disso, uma preocupação constante no Brasil é a falta ou inadequação de equipamentos de proteção individual (EPIs), o que tem contribuído para a contaminação de profissionais de saúde⁸. De acordo com dados da Associação Médica Brasileira (AMB) até o final de abril, mais de 6 mil profissionais da área já haviam sido contaminados no Brasil⁹.

O trabalho e a saúde mental

Extensas jornadas de trabalho, desconforto ocasionado pelo uso obrigatório de EPIs, medo de autoinoculação com possibilidades de transmissão para pessoas próximas, despreparo para atender aos pacientes infectados com o novo vírus são situações frequentes vivenciadas pelos profissionais de saúde¹. Tais eventos são fatores condicionantes para a ocorrência de reações como o medo, sentimento de desamparo, solidão e redução do

autocuidado, colocando os profissionais de saúde como a categoria populacional psicologicamente mais afetada¹⁰. Também, quando o vírus infecta os profissionais, levando a óbito algum membro da equipe, tais reações são ainda mais exacerbadas¹¹.

A sobrecarga de trabalho maior que a habitual, devido à carência de profissionais capacitados, facilita ainda mais o adoecimento psicológico, além de contribuir para a ocorrência de absenteísmo, acidentes de trabalho, erros de medicação, exaustão e ausência de lazer¹².

Estudos realizados na Austrália, com a participação de 5.070 indivíduos e na Jordânia com 4.126, revelaram que a ansiedade, a depressão e a angústia são os principais sintomas experimentados pela população geral e por profissionais de saúde durante a pandemia¹³⁻¹⁴. Da mesma forma, na China, Lai e colaboradores (2020) estudaram 1.257 profissionais de 34 hospitais¹⁵, identificaram que enfermeiras mulheres eram mais suscetíveis a apresentar sintomas depressivos, ansiedade, estresse e problemas relacionados ao sono. Ressalta-se, ainda, que para os profissionais de saúde que apresentam algum distúrbio psiquiátrico prévio, esse impacto tende a ser agravado¹⁶.

Um único estudo demonstrou resultados contrários a isso. Dentre 799 residentes avaliados no estado do Rio Grande do Sul, os profissionais de saúde mostraram-se menos vulneráveis a problemas psicossomáticos que os trabalhadores de outras áreas. Os autores argumentam que os profissionais de saúde teriam maior conhecimento no que diz respeito ao contágio e prevenção da doença, absorvendo menos as informações equivocadas trazidas pela mídia¹⁷.

Repercussões na saúde: Síndrome de Burnout

As situações atuais vivenciadas pelos profissionais de saúde podem contribuir para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*, caracterizada pelo esgotamento profissional decorrente de tensão emocional crônica, associada à exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal. As consequências desta síndrome podem fragilizar a qualidade da assistência e trazer complicações físicas, emocionais e sociais aos trabalhadores¹⁸.

A ocorrência de *Burnout* preocupa tanto os profissionais pelas inúmeras alterações psicológicas que acomete quanto aos empregadores, pois

há um alto índice de afastamento do trabalho¹⁹. Tal quadro afeta tanto o setor público como o privado, também, os mais diversos níveis de atenção²⁰. Um estudo de revisão sistemática, realizado entre os anos de 2005 a 2015, apontou que 40% a 60% dos profissionais de saúde apresentaram síndrome de *Burnout*; esta foi associada à privação do sono, horas excessivas de trabalho e relação prejudicada entre o trabalho e a vida pessoal¹⁸. Da mesma forma, em estudo realizado durante a pandemia pela COVID-19 com 2.707 profissionais da saúde atuantes em 60 países, evidenciou que 51% dos profissionais entrevistados relataram *Burnout* associado à pressão pelos treinamentos, exposição a pacientes com o novo vírus e tomada de decisão de priorização de vida. Foi relatado ainda maior esgotamento profissional nos países de alta renda¹⁹. Em suma, há de se considerar que o esgotamento profissional na classe dos trabalhadores de saúde perpassa por vários anos, trazendo reflexões para esta classe que necessita de cuidados sempre, não só em tempos de pandemia.

Repercussões no trabalho

Condições de estresse extremo no trabalho estão relacionadas a um maior risco de ansiedade, depressão e outros sintomas psicológicos descritos anteriormente¹³. Tais condições podem impactar na resolutividade dos serviços de saúde, comprometendo a aptidão do profissional para executar as atividades laborais de forma produtiva e efetiva, também, poderão favorecer as contaminações⁸. Além disso, as jornadas de trabalho dos profissionais de saúde requerem tempo de repouso hábil, pois a exposição ao agente infeccioso pode expô-los a doenças e acidentes de trabalho.

Os dados atualmente disponíveis para a pandemia mostram que, no mês de abril de 2020, foram realizadas fiscalizações in loco em 5.780 instituições de saúde no Brasil, constatou-se que o número de enfermeiros e técnicos, possivelmente infectados e afastados, aumentou de 158 para 1.203 casos. A maioria dos profissionais de enfermagem afastados têm idades entre 31 e 40 anos, sendo que 83% são do sexo feminino²⁰. Não foram encontradas informações para as demais categorias profissionais. Também não há dados disponíveis especificando o afastamento por saúde mental no Brasil. Comparativamente, a anos anteriores, em 2013, verificou-se um estudo sobre as causas dos afastamentos do trabalho de 3.692 profissionais de enfermagem. Foi constatado que entre as principais causas estavam os episódios

depressivos, com 784 afastamentos no referido ano e população²¹.

Considerando que os profissionais de saúde são expostos a longas horas de trabalho, que os transtornos mentais e comportamentais, como já indicado pela Organização Mundial da Saúde, estão entre as principais causas de afastamento do trabalho²², que médicos, enfermeiros, equipe de enfermagem, psicólogos e fisioterapeutas podem ter fragilizada a saúde mental²³, faz-se essencial elaborar estratégias de intervenção²⁴. Psicólogos têm um papel fundamental nesse processo de devolver a energia e o sentido do trabalho²³.

Cuidando do cuidador

Cuidar do cuidador implica, antes de tudo, o levantamento das necessidades da equipe, tendo como objetivo conhecer melhor as situações geradoras de frustrações, conflitos, fadiga física e mental, reconhecer as situações que os estudos apontam como sendo potencialmente geradoras de doenças psicossomáticas no exercício da atividade profissional²⁵. Para tanto, é preciso criar mecanismos de expressão das angústias pessoais no envolvimento com o trabalho que, em tempos de distanciamento social, possam ser efetuados de forma remota.

Nesse sentido, levanta-se a necessidade de ampliação no atendimento de aconselhamento para problemas psicológicos e mentais, sendo recomendado que estes serviços estejam disponíveis em plataformas virtuais²⁶⁻²⁷. Como subsídio, Xiao (2020)²⁶ sugere a utilização da Terapia por carta estruturada, que consiste em um website de acesso gratuito com perguntas estruturadas em que, de acordo com as respostas, o usuário é direcionado para a seção de intervenções.

Salienta-se que tal protocolo **não** representa um atendimento individualizado que substitui o atendimento convencional e, por esta razão, está contraindicado para os usuários com alterações psicológicas agudas. Contudo, a Terapia por carta estruturada apresenta-se como uma possibilidade para ajudar os consultores psicológicos, psicólogos e psiquiatras a filtrarem as pessoas acometidas e a continuarem o aconselhamento sobre problemas psicológicos e mentais mesmo sob as medidas de distanciamento exigidas pela quarentena.

Além disso, é primordial que os órgãos governamentais estejam engajados no

planejamento de intervenções psicológicas direcionadas, especialmente, aos profissionais da saúde, estabelecendo sistemas, treinamentos e intervenções com base em pareceres sólidos e científicos, com a divulgação de informações precisas a fim de reduzir rumores e impactos psicológicos adversos²⁷⁻²⁸. Intervenções regionais podem ser necessárias, considerando que os determinantes locais de saúde podem diferir entre as regiões.

Como estratégias complementares, é possível estabelecer parcerias com instituições da sociedade civil e implementar sistemas de assistência remota. Além disso, é imperativo que recursos sejam investidos a fim de promover, significativamente, **a saúde mental dos profissionais de saúde**, tanto em termos de pesquisa como prevenção e tratamento.

Muitos estudos têm apresentado preocupações com as condições de trabalho e adoecimento mental dos trabalhadores de saúde, especialmente aqueles que atuam na linha de frente, nos hospitais e serviços de emergência. No entanto, **não** pode ser dada menor importância para os profissionais que prestam serviços domiciliares, dado que também apresentam inseguranças e medos no enfrentamento da pandemia, necessitando de capacitações específicas, bem como condições de trabalho adequadas e **valorização do serviço prestado**²⁹.

Soluções e intervenções psicológicas

Examinando o cenário de emergência da saúde pública atual, torna-se essencial que as autoridades em saúde identifiquem grupos de risco não só no que diz respeito ao contágio da doença, mas também para o desenvolvimento de problemas emocionais¹.

Na China, a Comissão Nacional de Saúde desenvolveu intervenções psicológicas a partir de grupos populacionais específicos⁵. Os coordenadores propuseram uma classificação em quatro níveis: 1) Casos mais vulneráveis a problemas de saúde mental, como pessoas hospitalizadas com infecção confirmada e profissionais da saúde; 2) Pessoas isoladas com sintomas leves, suspeitas de infecção ou em contato próximo com casos confirmados; pessoas com sintomas como febre; 3) Pessoas em contato próximo com casos descritos nos níveis 1 e 2, ou seja, familiares, amigos e colegas; equipes de resgate que participam de ações de resposta à COVID-19; 4) Pessoas afetadas pelas medidas de pre-

venção e controle, grupos suscetíveis e população geral³. Esta classificação tem auxiliado no direcionamento de medidas específicas de apoio psicológico de acordo com as necessidades de cada grupo da população chinesa e tem demonstrado efeitos positivos³.

No Brasil, foi identificada uma iniciativa do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN). Foi criado um canal online de ajuda emocional aos profissionais durante a pandemia. Este canal efetiva cerca de 130 atendimentos por dia, realizados por uma equipe de enfermeiros voluntários, especializados na assistência de saúde mental²⁰. No primeiro mês, constatou-se que ansiedade, medo, estresse, ambivalência, depressão e exaustão foram os sentimentos mais declarados pelos profissionais atendidos.

Contudo, Li e colaboradores (2020)⁵ destacam a baixa adesão às intervenções psicológicas por parte dos profissionais de saúde, relacionando essa condição à falta de tempo e à sobrecarga de trabalho, principalmente, daqueles que atuam na linha de frente⁵. Este tem sido um importante desafio para a atuação dos psicólogos¹⁸.

Considera-se relevante investir em dinâmicas que favoreçam a redução do nível de estresse como medida para minimizar os abalos emocionais, gerados pelas árduas rotinas de trabalho frente à pandemia. Atitudes corriqueiras como manter contato com familiares e amigos, praticar atividade física no domicílio, ou mesmo a inclusão de novas práticas no dia a dia destes profissionais, com intervalos para realizarem exercícios respiratórios, meditação, alongamentos, são ações que auxiliam na redução do nível de estresse agudo. Também é necessário lembrar do encorajamento para a busca de ajuda psicológica diante da dificuldade de lidar com as emoções e com a adversidade da situação.

É mister destacar a necessidade de desenvolver a comunicação nas equipes de saúde, de forma a estabelecer um clima de reciprocidade e empatia, permitindo a expressão de sentimentos e sintomas como o *Burnout* e o esgotamento emocional. Além disso, educação psicológica e orientações quanto aos sintomas de estresse pós-traumáti-

co, ansiedade e depressão devem ser fornecidas às equipes para que possam identificar esses sintomas (em si mesmos e nas pessoas próximas) em seus estágios iniciais.

Reitera-se que a oferta de apoio psicológico, ações estratégicas para alívio do estresse físico e mental dos profissionais de saúde, intercaladas aos atendimentos de pacientes, são imprescindíveis. Não se pode negar atendimento especializado aos trabalhadores mais suscetíveis ao adoecimento mental (situações de depressão, ansiedade e suicídio), havendo oferta de tratamentos psiquiátricos para os mais graves.

CONCLUSÕES

Os profissionais de saúde têm sido colocados à prova constantemente em suas atividades que, além do aumento da demanda nos serviços de saúde e a perda de controle sobre os acontecimentos, têm sofrido com o estresse emocional, cansaço, medo e o risco de contaminação pessoal e de suas famílias. Tal quadro traz repercussões importantes como o aumento muito expressivo da carga emocional no trabalho com desgaste físico e mental.

Assim, o quadro atual reforça o alerta sobre a importância de se investir em ações voltadas à saúde mental, mantendo o bem-estar destes profissionais. Medidas como pausas durante a jornada de trabalho em locais calmos e relaxantes, realização de exercícios respiratórios, meditação e alongamentos podem auxiliar no alívio do estresse físico. Educação psicológica e orientações quanto aos sintomas estressores e traumáticos também precisam ser repassados aos profissionais para que reconheçam e previnam alterações como a Síndrome de *Burnout*.

Considera-se fundamental a adoção de medidas como redução das jornadas de trabalho, valorização profissional, melhoria nas condições de trabalho e, sobretudo, fornecimento de suporte social e psicológico aos profissionais de saúde. Afinal, o profissional de saúde é aquele que cuida e merece ser cuidado.

REFERÊNCIAS

- 1- Ornell, F., Chwartzmann, H.S., Kessler, P.H.F., Narvaez, M.C.J. O impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde. *Caderno de saúde pública*, 2020. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00063520>.
- 2- Singhal, T. A Review of Coronavirus Disease-2019 (COVID-19). *The Indian Journal of Pediatrics* (April 2020) 87(4):281–286. <https://doi.org/10.1007/s12098-020-03263-6>
- 3- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo (COVID-19). *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200063. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063>
- 4- Alvarez, G.K.A., Aymara, A.C.Y., Elizabeth Dignora Zaldivar Santos, Z.D.E. Gestión de seguridad psicológica del personal sanitario en situaciones de emergencia por COVID-19 en el contexto hospitalario o de aislamiento. *Revisión*. 3704, 2020. <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3704>
- 5- Li, W., Yang, Y., Liu, Z. H., Zhao, Y. J., Zhang, Q., Zhang, L., Xiang, Y. T. (2020b). Progression of mental health services during the COVID-19 outbreak in China. *International Journal of Biological Sciences*, 16(10), 1732-1738. <http://dx.doi.org/10.7150/ijbs.45120>.
- 6- Martins, F.P. et al. Afastamento por doença entre trabalhadores de saúde em um hospital público do estado da Bahia. *Rev. bras. Saúde ocup.*, São Paulo, 34 (120): 172-178, 2009172. <https://doi.org/10.1590/S0303-76572009000200008>
- 7- Rothe, M.D.C et al. Transmission of 2019-nCoV Infection from an Asymptomatic Contact in Germany. *N Engl J Med* 382;10 NEJM.Org March 5, 2020. <https://doi.org/10.1056/NEJMc2001468>
- 8- Helioterio, C.M. et al. COVID-19: por que a proteção da saúde dos trabalhadores e trabalhadoras da saúde é prioritária no combate à pandemia? 2020. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00289>
- 9- FALTA DE EPIs COLOCA EM RISCO PROFISSIONAIS DA SAÚDE [Internet]. *AMB*. 2020 [citado 07 de junho de 2020]. Disponível em: <https://amb.org.br/noticias/falta-de-epis-coloca-em-risco-profissionais-da-saude/>
- 10- Petzold MB, Plag J, Ströhle A. [Dealing with psychological distress by healthcare professionals during the COVID-19 pandemia]. *Nervenarzt*. maio de 2020;91(5):417–21. <https://doi.org/10.1007/s00115-020-00905-0>
- 11- Liu et al. - 2020 - Critical care response to a hospital outbreak of t.pdf [Internet]. [citado 7 de junho de 2020]. Disponível em: <https://ccforum.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s13054-020-2786-x>.
- 12- Miranda FMD, Santana L de L, Pizzolato AC, Sarquis LMM. Condições de trabalho e o impacto na saúde dos profissionais de enfermagem frente a COVID-19. *Cogitare Enfermagem* [Internet]. 7 de maio de 2020 [citado 8 de junho de 2020];25(0). Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/72702>
- 13- Naser AY, Dahmash EZ, Al-Rousan R, Alwafi H, Alrawashdeh HM, Ghoul I, et al. Mental health status of the general population, healthcare professionals, and university students during 2019 coronavirus disease outbreak in Jordan: a cross-sectional study [Internet]. *Psychiatry and Clinical Psychology*; 2020 Disponível em: <http://medrxiv.org/lookup/doi/10.1101/2020.04.09.20056374>.
- 14- Newby J, O’Moore K, Tang S, Christensen H, Faasse K. Acute mental health responses during the COVID-19 pandemic in Australia [Internet]. *Psychiatry and Clinical Psychology*; 2020 maio [citado 8 de junho de 2020]. Disponível em: <http://medrxiv.org/lookup/doi/10.1101/2020.05.03.20089961>.
- 15- Lai J, Ma S, Wang Y, et al. Factors Associated with Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Netw Open*. 2020; 3 (3): e203976. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>.
- 16- Santos CF Reflections about the impact of the SARS-COV-2/COVID-19 pandemic on mental health. *Braz J Psychiatry*. 2020; 42:329. <http://dx.doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0981>.
- 17- Duarte, Michael de Quadros. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul. *Scielo Preprints Artigo submetido à Revista Ciência & Saúde Coletiva*. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.16472020>.
- 18- Dutra HS, Gomes PAL, Garcia RN, Oliveira HC, Freitas SC de, Guirardello E de B, et al. Burnout among nursing professionals in hospitals in Brazil. *Revista Cuidarte* [Internet]. abril de 2019 [citado 8 de junho de 2020];10(1). Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_

- abstract&pid=S2216-09732019000100205&lng=en&nrm=iso&tlng=pt.
- 19-Morgantini LA, Naha U, Wang H, Francavilla S, Acar O, Flores JM, et al. Factors Contributing to Healthcare Professional Burnout During the COVID-19 Pandemic: A Rapid Turnaround Global Survey [Internet]. *Psychiatry and Clinical Psychology*; 2020 maio [citado 8 de junho de 2020]. Disponível em: <http://medrxiv.org/lookup/doi/10.1101/2020.05.17.20101915>.
- 20-Humerez DC de, Ohl RIB, Silva MCN da. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia COVID-19: ação do conselho federal de enfermagem. *Cogitare Enfermagem* [Internet]. 28 de maio de 2020 [citado 13 de junho de 2020];25(0). Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/74115>.
- 21-Douglas de Oliveira, Robson, Borba Neves, Eduardo, Higa Kaio, Cleverson, Ulbrich, Leandra Afastamento do trabalho em profissionais de enfermagem por etiologias psicológicas. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde* [Internet]. 2013, 26(4), 554-562 [acessado em 13 de junho de 2020]. ISSN: 1806-1222. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=40831096014>.
- 22-Filho, J. M. J., Assunção, A., Algrantic, E., Garcias, E. G., Saitoc, C. A., Maenoc M. A saúde do trabalhador e o enfrentamento da COVID-19. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 2020. <https://doi.org/10.1590/2317-6369ed0000120>.
- 23-Oliveira, W. A., Oliveira-Cardoso, E. A., Silva, J. L., & Santos, M. A. (2020). Impactos psicológicos e ocupacionais das sucessivas ondas recentes de pandemias em profissionais da saúde: revisão integrativa e lições aprendidas. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200066 <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200066>.
- 24-Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8).
- 25-Fiocruz. Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19 – Recomendações Gerais, 2020. <https://portal.fiocruz.br/documento/saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19>.
- 26-Xiao, CA. Novel Approach of Consultation on 2019 Novel Coronavirus (Covid-19)-Related Psychological and Mental Problems: Structured Letter Therapy. *Psychiatry Investig.*, 17(2): 175-176, 2020. <https://doi.org/10.30773/pi.2020.0047>.
- 27-Wang, C. et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (Covid-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*, 17(5):1729, 2020. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>.
- 28-Duan, L.; Zhu, G. Psychological interventions for people affected by the Covid-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7:300–302, 2020. [doi:10.1016/S2215-0366\(20\)30073-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0).
- 29-Xiang, YT. et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*, 7: 228-9, 2020. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30046-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30046-8).