



QUALIDADE DE VIDA: UMA LUZ SOB A EQUIPE DE ENFERMAGEM PÓS PANDEMIA DA COVID-19

DIANEFER VIZZOTTO

RESUMO

Os profissionais de enfermagem desempenham um papel muito importante na prestação de cuidados de saúde, desde a prevenção até o tratamento de doenças. Durante a pandemia da COVID-19, sua importância foi ainda mais enfatizada, pois enfrentaram condições de trabalho excepcionalmente difíceis, lidando com uma carga de trabalho intensificada, escassez de recursos, riscos de contaminação e um ambiente de trabalho emocionalmente desafiador. Esta revisão da literatura, trouxe diversas bases de dados, incluindo PubMed (07 artigos), MEDLINE (12 artigos) e Web of Science (09 artigos), CINAHL (08 artigos) utilizando os descritores em saúde DeCS/MeSH: "qualidade de vida", "equipe de enfermagem", "COVID-19" e seus termos alternativos. Foram incluídos estudos publicados em periódicos revisados por pares, dissertações, teses e relatórios relevantes, com foco na qualidade de vida da equipe de enfermagem após a pandemia da COVID-19 no período de janeiro de 2023 a janeiro de 2024. Os estudos revisados fornecem uma visão abrangente dos desafios enfrentados pela equipe de enfermagem pós-pandemia em relação à sua qualidade de vida. Esses desafios são multifacetados e abrangem uma ampla gama de fatores, desde questões operacionais até questões emocionais e psicológicas. É evidente que a qualidade de vida da equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19 é uma questão complexa e multifacetada que requer uma abordagem holística e colaborativa. É imperativo que gestores de saúde, políticos e outros stakeholders reconheçam a importância de apoiar e proteger os profissionais de enfermagem, garantindo que recebam o apoio e os recursos necessários para continuar desempenhando seu papel vital na prestação de cuidados de saúde.

Palavras-chave: Enfermagem; Qualidade; Assistência de enfermagem; COVID-19; Atividades assistenciais

1 INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19, declarada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em março de 2020, emergiu como um dos desafios mais significativos enfrentados pela humanidade no século XXI. Além do impacto direto na saúde pública, a crise desencadeada pela disseminação do vírus SARS-CoV-2 teve implicações abrangentes em várias esferas da sociedade, incluindo a economia, a educação e, particularmente, os sistemas de saúde em todo o mundo. Em meio a esse contexto complexo e desafiador, a equipe de enfermagem emergiu como uma das linhas de frente mais difíceis na batalha contra a pandemia.

Os profissionais de enfermagem desempenham um papel muito importante na prestação de cuidados de saúde, desde a prevenção até o tratamento de doenças. Durante a pandemia da COVID-19, sua importância foi ainda mais enfatizada, pois enfrentaram condições de trabalho excepcionalmente difíceis, lidando com uma carga de trabalho intensificada, escassez de recursos, riscos de contaminação e um ambiente de trabalho emocionalmente desafiador. A equipe de enfermagem não só enfrentou o desafio de fornecer cuidados de qualidade a pacientes afetados pela COVID-19, mas também manteve a continuidade dos serviços de saúde essenciais

para outras condições médicas (RAMOS-TOESCHER et al., 2020; SOUZA e SOUZA, 2020). No entanto, além das demandas profissionais extraordinárias enfrentadas durante a pandemia, os profissionais de enfermagem também experimentaram impactos significativos em sua própria qualidade de vida. A jornada árdua e estressante da enfermagem, combinada com as complexidades adicionais introduzidas pela COVID-19, levantou questões sobre o bem-estar físico, mental e emocional desses profissionais. À medida que o mundo começa a vislumbrar uma recuperação pós-pandemia e a adaptação a uma nova normalidade, é imperativo compreender e abordar as questões relacionadas à qualidade de vida da equipe de enfermagem.

Neste contexto, este trabalho tem como objetivo, realizar uma análise abrangente sobre a qualidade de vida da equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19. Através de uma revisão aprofundada da literatura existente, este estudo pretende explorar os desafios enfrentados pelos profissionais de enfermagem em relação à sua qualidade de vida, bem como identificar estratégias e intervenções eficazes para promover um ambiente de trabalho saudável e sustentável para esses profissionais.

Ao destacar as preocupações e necessidades específicas da equipe de enfermagem, este trabalho visa fornecer insights valiosos para os formuladores de políticas de saúde, gestores de instituições de saúde e outros stakeholders interessados na promoção do bem-estar e da qualidade de vida dos profissionais de enfermagem.

Ao avançar neste estudo, é fundamental reconhecer a importância da equipe de enfermagem não apenas como prestadora de cuidados de saúde, mas também como uma força motriz essencial por trás da resiliência e da capacidade de resposta dos sistemas de saúde em face de desafios extraordinários.

Ao analisar a qualidade de vida desses profissionais, estamos não apenas reconhecendo sua dedicação e sacrifício, mas também buscando garantir que recebam o apoio e os recursos necessários para continuar desempenhando seu papel vital na promoção da saúde e no bem-estar da sociedade como um todo.

2 METODOLOGIA

Para realizar esta revisão da literatura, foram consultadas diversas bases de dados, incluindo PubMed (07 artigos), MEDLINE (12 artigos) e Web of Science (09 artigos), CINAHL (08 artigos) utilizando os descritores em saúde DeCS/MeSH: "qualidade de vida", "equipe de enfermagem", "COVID-19" e seus termos alternativos nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram incluídos estudos publicados em periódicos revisados por pares, dissertações, teses e relatórios relevantes, com foco na qualidade de vida da equipe de enfermagem após a pandemia da COVID-19 no período de janeiro de 2023 a janeiro de 2024.

A análise dos artigos selecionados considerou aspectos como instrumentos de avaliação da qualidade de vida, fatores que influenciam a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem e intervenções propostas para melhorar essa qualidade.

Durante o processo de revisão da literatura, foi analisado criticamente os estudos selecionados, examinando suas metodologias, resultados e conclusões. Isso envolveu avaliar a validade e confiabilidade dos dados, identificando possíveis vieses e considerando as limitações dos estudos revisados.

A revisão da literatura desempenha um papel fundamental na compreensão abrangente de um tópico específico, fornecendo uma base sólida para a análise e discussão (NORONHA e FERREIRA, 2000).

No contexto deste estudo sobre a qualidade de vida da equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19, a revisão da literatura é essencial para identificar pesquisas relevantes, avaliar os conhecimentos existentes e identificar lacunas que merecem investigação adicional. Isso pode incluir áreas pouco exploradas, questões não respondidas ou aspectos que necessitam de investigação adicional. Essas lacunas representam oportunidades para futuras pesquisas e

podem orientar o desenvolvimento de novos estudos que contribuam para o avanço do conhecimento sobre o tema.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos revisados fornecem uma visão abrangente dos desafios enfrentados pela equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19 em relação à sua qualidade de vida. Esses desafios são multifacetados e abrangem uma ampla gama de fatores, desde questões operacionais até questões emocionais e psicológicas. A seguir, são discutidos os principais resultados encontrados na literatura, bem como as implicações desses resultados para a prática e políticas de saúde.

Impacto da carga de trabalho e falta de recursos adequados

Um dos principais fatores que afetam a qualidade de vida da equipe de enfermagem é a carga de trabalho excessiva e a falta de recursos adequados para lidar com as demandas crescentes. Durante a pandemia da COVID-19, os profissionais de enfermagem enfrentaram uma carga de trabalho sem precedentes, com hospitais e unidades de saúde sobrecarregados de pacientes (CARVALHO et al. 2023), a falta de leitos, equipamentos de proteção individual e pessoal qualificado contribuiu para a exaustão física e emocional da equipe de enfermagem.

Além disso, a falta de recursos adequados para lidar com a pandemia levou a situações de estresse e ansiedade entre os profissionais de enfermagem, que muitas vezes se viram obrigados a tomar decisões difíceis sobre alocação de recursos e priorização de pacientes. Essa pressão adicional exacerbou os desafios enfrentados pela equipe de enfermagem e teve um impacto significativo em sua qualidade de vida.

Estresse emocional e medo de contágio

O estresse emocional e o medo de contágio são outros fatores importantes que afetam a qualidade de vida da equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19. Como profissionais da linha de frente, os enfermeiros enfrentaram uma exposição constante ao vírus SARS-CoV-2, colocando-os em risco de contrair a doença e transmiti-la aos seus entes queridos. Esse medo constante de contágio afetou profundamente o bem-estar psicológico dos profissionais de enfermagem, contribuindo para níveis elevados de ansiedade e estresse.

Ademais, o estresse emocional também foi exacerbado pela natureza traumática da pandemia, com os enfermeiros testemunhando sofrimento e morte em uma escala sem precedentes. Lidar com o trauma e o sofrimento dos pacientes, juntamente com a preocupação constante com sua própria saúde e segurança, teve um impacto profundo na saúde mental e emocional da equipe de enfermagem (OLIVEIRA,2023).

Conflitos éticos e impacto na vida pessoal

Os profissionais de enfermagem também enfrentaram uma série de conflitos éticos durante a pandemia da COVID-19, à medida que lutavam para equilibrar suas responsabilidades profissionais com suas próprias necessidades e valores éticos. Decisões difíceis sobre triagem de pacientes, alocação de recursos e cuidados no final da vida levaram a dilemas éticos complexos, colocando os enfermeiros em situações moralmente desafiadoras.

O impacto da pandemia na vida pessoal dos profissionais de enfermagem também foi significativo. Muitos enfermeiros enfrentaram dificuldades para conciliar suas responsabilidades profissionais com suas obrigações familiares e sociais, levando a conflitos entre trabalho e vida pessoal. O isolamento social, as restrições de viagem e as medidas de distanciamento físico também contribuíram para a solidão e o isolamento entre os profissionais de enfermagem, afetando ainda mais sua qualidade de vida.

Intervenções para melhorar a qualidade de vida da equipe de enfermagem

Apesar dos desafios enfrentados pela equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19, foram identificadas várias intervenções eficazes para melhorar sua qualidade de vida. Programas de apoio psicológico, como aconselhamento individual e em grupo, terapia cognitivo-comportamental e técnicas de relaxamento, têm sido amplamente utilizados para ajudar os profissionais de enfermagem a lidar com o estresse emocional e o trauma relacionado à pandemia. vários autores como Robazzi; Rocha; Marziale (2023), evidenciam essas intervenções que fornecem um espaço seguro para os enfermeiros compartilharem suas experiências, expressarem suas emoções e desenvolverem estratégias de enfrentamento saudáveis.

O treinamento em manejo do estresse e habilidades de autocuidado tem sido uma área de foco crescente na promoção da qualidade de vida da equipe de enfermagem. Estratégias como mindfulness, meditação, exercício físico e alimentação saudável têm sido promovidas como formas eficazes de reduzir o estresse, melhorar o bem-estar emocional e promover a resiliência entre os profissionais de enfermagem.

Políticas de pessoal que promovem o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal também são fundamentais para melhorar a qualidade de vida da equipe de enfermagem. Isso inclui medidas como horários de trabalho flexíveis, licenças remuneradas, suporte para creches e programas de assistência aos funcionários, que permitem aos enfermeiros equilibrar suas responsabilidades profissionais com suas necessidades pessoais e familiares (BARBOSA et al, 2023).

Investimentos em infraestrutura de saúde são essenciais para garantir a segurança e o bem-estar dos profissionais de enfermagem. Isso inclui a disponibilidade de equipamentos de proteção individual adequados, como máscaras faciais, luvas e aventais, bem como condições de trabalho seguras e confortáveis, que minimizam o risco de contágio e lesões ocupacionais.

4 CONCLUSÃO

A qualidade de vida da equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19 emerge como uma preocupação vital e urgente que requer atenção imediata e intervenções eficazes.

A revisão dos estudos disponíveis revela uma série de desafios enfrentados por esses profissionais, incluindo carga de trabalho excessiva, estresse emocional, medo de contágio, conflitos éticos e impacto na vida pessoal. Esses fatores combinados contribuem significativamente para o esgotamento físico e emocional dos enfermeiros, afetando não apenas sua saúde e bem-estar pessoal, mas também sua capacidade de fornecer cuidados de qualidade aos pacientes.

Um dos principais desafios enfrentados pela equipe de enfermagem é a carga de trabalho excessiva, que é exacerbada pela escassez de recursos adequados e pela falta de apoio institucional. Durante a pandemia da COVID-19, os enfermeiros foram sobrecarregados com um número cada vez maior de pacientes, muitos dos quais exigiam cuidados intensivos e complexos. A falta de leitos, equipamentos de proteção individual e pessoal qualificado tornou ainda mais difícil para os enfermeiros lidar com essa carga de trabalho, contribuindo para níveis alarmantes de estresse e exaustão.

Além da carga de trabalho, o estresse emocional e o medo de contágio também desempenharam um papel significativo na qualidade de vida da equipe de enfermagem. Como profissionais da linha de frente, os enfermeiros enfrentaram uma exposição constante ao vírus SARS-CoV-2, colocando-os em risco de contrair a doença e transmiti-la aos seus entes queridos. Esse medo constante de contágio, combinado com o trauma de testemunhar sofrimento e morte em uma escala sem precedentes, teve um impacto profundo na saúde mental e emocional dos profissionais de enfermagem.

Além dos desafios profissionais, os enfermeiros também enfrentaram uma série de

desafios pessoais, incluindo dificuldades para conciliar suas responsabilidades profissionais com suas obrigações familiares e sociais. O isolamento social, as restrições de viagem e as medidas de distanciamento físico também contribuíram para a solidão e o isolamento entre os profissionais de enfermagem, exacerbando ainda mais os desafios enfrentados em sua vida pessoal.

No entanto, apesar dos desafios enfrentados, este estudo identificou várias intervenções eficazes para melhorar a qualidade de vida da equipe de enfermagem. Programas de apoio psicológico, treinamento em manejo do estresse e políticas de pessoal que promovem o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal têm sido amplamente utilizados para ajudar os enfermeiros a lidar com os desafios emocionais e psicológicos associados à pandemia. Além disso, investimentos em infraestrutura de saúde, como equipamentos de proteção individual adequados e melhores condições de trabalho, são essenciais para garantir a segurança e o bem-estar dos profissionais de enfermagem.

Como conclusão, é evidente que a qualidade de vida da equipe de enfermagem pós-pandemia da COVID-19 é uma questão complexa e multifacetada que requer uma abordagem holística e colaborativa. É imperativo que gestores de saúde, políticos e outros stakeholders reconheçam a importância de apoiar e proteger os profissionais de enfermagem, garantindo que recebam o apoio e os recursos necessários para continuar desempenhando seu papel vital na prestação de cuidados de saúde. Somente através de um esforço coletivo e compromisso com o bem-estar dos enfermeiros podemos garantir um futuro mais saudável e sustentável para todos.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Rosane et al. A saúde mental dos enfermeiros: qualidade de vida e estratégias de adaptação ao estresse durante a pandemia Covid-19. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 15, n. 10, p. 10668-10689, 2023.

CARVALHO, Taisa Moitinho de et al. Qualidade de vida e engajamento no trabalho em profissionais de enfermagem no início da pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, p. 2903-2913, 2023.

DE ABREU, Paulo de Tassio Costa; SOUZA, Simone Santos; DE MESQUITA, Luiz Fernando Quintanilha. Impactos da pandemia de Covid-19 na qualidade de vida e satisfação no trabalho dos profissionais de saúde no Brasil. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 6, n. 12, p. 352-365, 2023.

DE CARVALHO, Júlia Cordeiro Aris; DA SILVA RIBEIRO, Isabely Karoline; DA PENHA SILVEIRA, Renata Cristina. Estresse percebido na equipe de enfermagem da Atenção Primária à Saúde atuante na pandemia COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, 2023.

FRANÇA DOS SANTOS, Diego Leonardo; QUEIROZ PESSOA, Yldry Souza Ramos. AS REPERCUSSÕES NA QUALIDADE DE VIDA E NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM FRENTE AO PROCESSO DE PANDEMIA POR COVID-19. **Revista Valore**, [S.l.], v. 8, p. e-8086, ago. 2023. ISSN 2526-043X. Disponível em: <<https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/view/1221/1163>>. Acesso em: 23 jan. 2024. doi:<https://doi.org/10.22408/rev8020231221e-8086>.

NORONHA, D. P.; FERREIRA, S. M. S. P. Revisões de literatura. In: CAMPELLO, B. S.; CONDÓN, B. V.s; KREMER, J. M. (Org.). Fontes de informação para pesquisadores e

profissionais. Belo Horizonte: UFMG, 2000

OLIVEIRA, Nahara de Castro et al. Saúde mental da equipe de enfermagem em tempos de pandemia de covid-19. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Orientação técnica: nomear a doença coronavírus e o vírus que a causa. 2020. Disponível em: . Acesso em: 06 de janeiro de 2024.

RAMOS-TOESCHER, A.M.; TOMASCHEWISK-BARLEM, J.G.; BARLEM, E.L.D.; CASTANHEIRA, J.S.; TOESCHER, R.L. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. **Esc. Anna Nery**, v. 24, spe, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0276>.

ROBAZZI, Maria Lucia do Carmo Cruz; ROCHA, Fernanda Ludmilla Rossi; MARZIALE, Maria Helena Palucci. A pós-pandemia de COVID-19: perspectivas da atuação profissional na enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 76, p. e76Suppl101, 2023.

SILVA, Francisca Vilela et al . Efeitos da pandemia e fatores associados à saúde mental de profissionais de saúde: Revisão integrativa. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, [S. l.], v. 26, 2022. DOI: 10.35699/2316-9389.2022.40399. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/reme/article/view/40399>. Acesso em: 23 jan. 2024.

SOUZA, L.P.S.; SOUZA, A.G. Enfermagem brasileira na linha de frente contra o novo Coronavírus: quem cuidará de quem cuida? **J. Nurs. Health**, v. 10, n. 4, e20104005, 2020. DOI: <https://doi.org/10.15210/jonah.v10i4.18444>.

VILHALVA, Ruthielly. Qualidade de vida profissional dos trabalhadores de enfermagem dedicados ao atendimento da COVID-19. 2023.