

# Saúde mental e os comportamentos adaptativos da equipe de enfermagem atuante durante a pandemia de COVID-19

Mental health and adaptive behaviors of the nursing team working during the COVID-19 pandemic

Letícia dos Santos Gonçalves<sup>1</sup>, Débora Maria Vargas Makuch<sup>2</sup>, Rita de Cássia Toporowicz Lemes Reis<sup>3</sup>, Juliana Ollé Mendes<sup>4</sup>

1. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6203-819X>. Enfermeira. Residente em Saúde da Família. Secretaria Municipal da Saúde de Curitiba. Curitiba, Paraná, Brasil.

E-mail: [leticiasantosgoucalves2908@gmail.com](mailto:leticiasantosgoucalves2908@gmail.com)

2. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7060-4414>. Enfermeira. Mestre em Ensino nas Ciências da Saúde, Faculdades Pequeno Príncipe. Curitiba, Paraná, Brasil.

E-mail: [deboramakuch@hotmail.com](mailto:deboramakuch@hotmail.com)

3. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7054-4885>.

Enfermeira. Especialista em Saúde da Família, Saúde do Trabalhador, Saúde da Mulher e Gerontologia numa perspectiva biopsicossocial. Enfermeira atuante na Estratégia Saúde da Família, Secretaria Municipal da Saúde de Curitiba. Curitiba, Paraná, Brasil.

E-mail: [rita.treis@gmail.com](mailto:rita.treis@gmail.com)

4. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5684-7185>. Enfermeira. Mestre no Ensino nas Ciências da Saúde pelas Faculdades Pequeno Príncipe. Docente dos Cursos de Graduação em Enfermagem e Medicina das Faculdades Pequeno Príncipe, Curitiba, Paraná, Brasil.

E-mail: [julianaolle.mendes@gmail.com](mailto:julianaolle.mendes@gmail.com)

## RESUMO

Por representar um fator estressante, a pandemia de Covid-19 torna-se um agente incidente quanto ao uso de estratégias de enfrentamento (*Coping*), sobretudo em profissionais de saúde. Estudo transversal de abordagem quantitativa desenvolvido na Rede de Atenção Primária à Saúde em um distrito sanitário de Curitiba com o objetivo de identificar as estratégias que são utilizadas pelos profissionais de enfermagem para adaptação e superação

do cenário de emergência de saúde pública, além de analisar as suas associações com as variáveis sociodemográficas e socioprofissionais identificadas. Foi aplicado o Inventário de Estratégias de *Coping* a 76 servidores públicos atuantes neste contexto assistencial. As estratégias mais utilizadas foram Reavaliação positiva, Resolução de Problemas e Suporte Social. É possível observar que os respondentes do estudo fizeram uso consciente destas para melhor adaptação às situações estressoras, convergindo para um enfrentamento mais positivo e racional.

**DESCRITORES:** Atenção Primária à Saúde. Enfermagem de Atenção Primária. Adaptação psicológica. Enfermeiras em Saúde da Família. Coronavírus.

### **ABSTRACT**

Representing a stressful factor, the Covid-19 pandemic becomes an incident agent of the use of coping strategies, especially in health professionals. Cross-sectional study with a quantitative approach developed in the Primary Health Care Network in a health district in Curitiba with the objective of identifying the strategies used by nursing professionals to adapt to and overcome the public health emergency scenario, in addition to analyzing their associations with the sociodemographic and socioprofessional variables observed. The Coping Inventory of Management Strategies was applied to 76 public officers working in this assistance setting. The most used strategies were Positive Reappraisal, Problem Solving, and Social Support. It is possible to observe that the study respondents made conscious use of these strategies to better adapt to stressful situations, converging towards a more positive and rational coping.

**DESCRIPTORS:** Primary Health Care. Primary Care Nursing. Adaptation, Psychological. Family Nurse Practitioners. Coronavirus.



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições, desde que o trabalho original seja corretamente citado.

## INTRODUÇÃO

O Sistema Único de Saúde (SUS) revelou-se um componente fundamental para o processo de enfrentamento da crise sanitária oriunda da Covid-19 e, nessa perspectiva, a Atenção Primária à Saúde (APS) apresentou-se atuante no acolhimento à população<sup>1-2</sup>.

O decreto 7508/2011<sup>3</sup> estabeleceu a APS como porta de entrada prioritária para o SUS, desenvolvendo neste período pandêmico papel fundamental na detecção, monitoramento e tratamento precoce de casos leves e moderados, bem como o encaminhamento imediato de casos graves para a rede secundária e terciária<sup>4</sup>.

O estado emergencial de Saúde Pública, declarado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em março de 2020, devido ao SARS-CoV-2 (Coronavírus), exigiu o desenvolvimento de um plano de contingência, o qual reorganizou os serviços de saúde. Os gestores municipais de saúde, com as regionais de saúde no Brasil, foram responsáveis pela operacionalização das ações preventivas no âmbito municipal<sup>5-6</sup>.

Os profissionais de saúde encontraram-se na linha de frente assistencial no cuidado à população e enfrentaram contextos desafiadores. Ao analisar a equipe multiprofissional, a categoria da enfermagem apresentou-se como parte integrante e essencial, constituindo o maior contingente na área e os que mais tiveram contato com o ambiente de saúde e com os pacientes<sup>7-8</sup>.

A enfermagem, que previamente a esta condição já demonstrava sinais de exaustão e esgotamento, expôs-se a um elevado aumento da pressão psicológica, o que resultou em um impacto no estilo de vida e mudanças em suas condutas, além da necessidade de tomada de decisões eticamente difíceis sobre racionamento de cuidados com prejuízos em seu bem-estar físico e mental. Impactos na saúde mental desse público seguem sendo negligenciados, havendo possibilidade de se tornarem duradouros após a pandemia<sup>9-10</sup>.

À vista disso, entende-se essa circunstância como estressora, onde o sujeito lança mão de estratégias para procurar a adaptação ou superação. Toda ação utilizada com este objetivo é um processo conhecido como *coping*. Este conceito não é absoluto, pois passou por mudanças ao longo do tempo e isso trouxe diferentes perspectivas a depender da linha teórica. A abordagem adotada nesta pesquisa é do modelo teórico<sup>11</sup> que possui uma perspectiva cognitiva e comportamental, onde é

compreendido como uma interação entre ser humano-ambiente, e suas avaliações cognitivas da situação explicariam as diferenças das estratégias. Portanto, este vocábulo associa-se às respostas e esforços cognitivos que o indivíduo utiliza na tentativa de administrar, resistir ou amenizar as demandas que surgem desse contexto estressor<sup>12</sup>.

Enfrentar situações estressantes é comum a todos, e esses momentos podem trazer consequências positivas ou negativas, dependendo da maneira como a pessoa reage à situação. A análise dessas estratégias é imprescindível para compreensão do processo de enfrentamento e a evolução histórica do quadro vivido por cada um<sup>12</sup>.

Neste sentido, o objetivo do estudo é identificar a prevalência das estratégias que são utilizadas pelos profissionais de enfermagem para adaptação e superação em situações estressantes e adversas, no contexto da pandemia de Covid-19, associando as variáveis sociodemográficas e socioprofissionais, em um distrito sanitário pertencente a Curitiba – PR.

## **MÉTODO**

Trata-se de uma pesquisa realizada entre os meses de Maio a Agosto de 2022, com caráter descritivo e exploratório constituído de uma amostragem intencional e por conveniência. Foi realizada de forma presencial e individual na própria Unidade de Saúde em que o servidor trabalhava, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Este estudo foi realizado na Rede de Atenção Primária à Saúde na região de um distrito sanitário pertencente a Curitiba, que abrange 17 Unidades de Saúde (US) tanto Básicas (UBS) quanto de Estratégia Saúde da Família (ESF). Para efetivação da pesquisa, foram excluídas duas US: uma por ser o ambiente ocupacional das pesquisadoras, e a outra, terceirizada, e logo, sem profissionais contratados por concurso público municipal.

O distrito sanitário é composto por aproximadamente 150 profissionais da área de enfermagem (enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem). A amostra esperada para o estudo tinha como base o número total de profissionais da equipe de enfermagem na APS do território em questão. Estimou-se a resposta de 50% dos questionários disponibilizados para os participantes. Das 15 US selecionadas, 14 tiveram voluntários para participação da pesquisa de forma equilibrada.

Os critérios de inclusão deste estudo foram: profissionais da área de enfermagem (enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem), contratados por meio de concurso público municipal há mais de 6 meses, e atuantes no serviço assistencial durante a pandemia de Covid-19. Foram excluídos os profissionais de enfermagem em período de férias, os que estiveram afastados por licença de qualquer natureza, no período da pandemia, e os que desenvolveram atividades administrativas durante a pandemia de Covid-19.

O estudo contou com 80 respondentes, porém somente 76 destes profissionais concluíram o preenchimento do instrumento de coleta e atenderam aos critérios de inclusão. Destes 76 servidores que compõem a amostra, 50 são técnicos de enfermagem e 26 são enfermeiros.

A abordagem deu-se em um ambiente que garantiu a privacidade e segurança do trabalhador, em um horário previamente ajustado com a autoridade sanitária local (ASL).

O instrumento autoaplicável utilizado para a coleta de informações foi dividido em três seções. A primeira e a segunda seções do instrumento trouxeram uma pesquisa sociodemográfica e socioprofissional, na qual se organizavam as respostas no modelo de múltipla escolha com apenas uma opção a ser assinalada e que continha o estado civil, faixa etária, sexo autodeclarado, tempo de formação, tempo de atuação na APS, entre outras variáveis. Sequencialmente, foi disponibilizado um instrumento com a proposta de medir e classificar as estratégias adaptativas: o “Inventário de Estratégias de *Coping*” (IEC)<sup>11</sup>.

O IEC, de Lazarus e Folkman<sup>11</sup>, traduzido e adaptado para a realidade brasileira por Savóia, Santana e Mejias<sup>12</sup>, é considerado uma ferramenta científica para avaliar as estratégias de enfrentamento e tornou-se um importante instrumento em pesquisas desse tipo<sup>10</sup>.

É composto de 66 itens dispostos em escala (tipo Likert) com quatro opções cada, numeradas de 0 (zero) a três, que englobam pensamentos e ações utilizadas para lidar com as demandas internas e externas de um estressor. Deste modo, foram consideradas as estratégias de *coping* a partir da pontuação ou frequência com que o participante as utilizou: usou pouco (1), usou bastante (2), usou frequentemente (3). Aqueles que, frente ao evento e às estratégias apresentadas, assinalaram zero (0), foram considerados como não *coping*<sup>10</sup>.

Os itens do instrumento são distribuídos em oito fatores, quais sejam: confronto (itens 46, 7, 17, 28, 34 e 6), afastamento (itens 44, 13, 41, 21, 15 e 12), autocontrole (itens 14, 43, 10, 35, 54, 62 e 63), aceitação de responsabilidade (itens 9, 29, 51 e 25), suporte social (itens 8, 31, 42, 45, 18 e 22), fuga e esquivas (itens 58, 11, 59, 33, 40, 50, 47 e 16), resolução de problemas (itens 49, 26, 1, 39, 48 e 52) e reavaliação positiva (itens 23, 30, 36, 38, 60, 56 e 20). Estes são divididos em duas categorias funcionais: focado no problema e focado na emoção. No primeiro caso, significa que as ações despendidas pelo indivíduo são voltadas à alteração estressora, enquanto o segundo refere-se à tentativa de amenizar os sentimentos produzidos pela ocasião<sup>10</sup>.

Para análise dos dados, foi realizada a soma dos *scores* atribuídos a cada item de um mesmo fator e dividida pelo número total de itens do fator. Assim, foram identificados os itens de maior média, as estratégias e as questões mais utilizadas pelos participantes do estudo. Ainda, foram considerados os mais utilizados por toda a amostra, e/ou divididos por categoria profissional, sexo autodeclarado e atuação predominante, no período de enfrentamento ao Coronavírus. Os dados foram submetidos a análise estatística com uso de software estatístico JAMOVI e estão apresentados em forma de tabelas e medidas descritivas da escala (média, desvio-padrão e coeficiente de variação).

Esta pesquisa foi aprovada pelo CEP/FPP sob o número de parecer 5.296.731 e pelo CEP - Secretaria Municipal da Saúde de Curitiba, com o parecer de aprovação nº 5.382.564, atendendo aos requisitos das resoluções 466/2012 e 510/2016 de pesquisa realizada com seres humanos no dia 17 de Março de 2022 (CEP/FPP) e no dia 02 de Maio de 2022 (CEP/SMS).

## **RESULTADOS**

No Inventário de *coping*, considerando os resultados do estudo, a estratégia de enfrentamento mais utilizada pelos participantes em geral foi Reavaliação Positiva com uma média de (1,8), seguida de Resolução de Problemas (1,7) e Suporte Social (1,5). Enquanto isso, as estratégias menos utilizadas foram Aceitação de Responsabilidade, Fuga e Esquivas, ambas com média 0,9. (Tabela 1).

**Tabela 1.** Estratégias de *coping* utilizadas pela equipe de enfermagem participantes do estudo. Curitiba – Paraná, 2022.

<b>Fatores</b>	<b>Média</b>	<b>Desvio-padrão</b>
<i>Reavaliação positiva</i>	1,8	0,6
<i>Resolução de problemas</i>	1,7	0,3
<i>Suporte social</i>	1,5	0,4
<i>Autocontrole</i>	1,4	0,5
<i>Confronto</i>	1,1	0,5
<i>Afastamento</i>	1,0	0,6
<i>Aceitação de responsabilidade</i>	0,9	0,2
<i>Fuga e esquiva</i>	0,9	0,6

Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

Dentre os 66 itens presentes no inventário, “Q60 – Rezei”, pertencente à Reavaliação Positiva, apresentou maior média (2,5), seguido de “Q58 - Desejei que a situação acabasse ou que de alguma forma desaparecesse”, que integra a estratégia Fuga e Esquiva (média 2,3). Em contrapartida, o item “Q13 - Fiz como se nada tivesse acontecido”, incluído no Afastamento, foi o menos aplicado com média (0,39), seguido de “Q11 - Esperei que um milagre acontecesse” da Fuga e Esquiva.

A estratégia Reavaliação Positiva foi aplicada por 81,2% dos trabalhadores do estudo sendo que uma parcela significativa afirmou os itens “Mudei ou cresci como pessoa de maneira positiva” (93,4%), seguido de “Rezei” (92,1%) e “Redescobri o que é importante na vida” (92,1%).

Quanto à Resolução de Problemas, 82,7% assinalaram que, durante este período, fizeram uso deste, sendo as questões mais assinaladas a “Me concentrei no que deveria ser feito em seguida, no próximo passo” (92,1%) e “Eu sabia o que deveria ser feito, portanto dobrei meus esforços para fazer o que fosse necessário” (92,1%). Com relação ao Suporte Social, 75,2% salientaram sobre a aplicação do fator, destacando entre os itens “Aceitei a simpatia e a compreensão das pessoas” (97,3%) e “Conversei com outra(s) pessoas sobre o problema procurando mais dados sobre a situação” (93,4%).

Ao fazer uma comparação entre as categorias, surgiram algumas diferenças discretas. O “Técnico de Enfermagem” apresentou a seguinte ordem de estratégias utilizadas: 1º Reavaliação Positiva, 2º Suporte Social, 3º Resolução de problemas, 4º

Autocontrole, 5º Confronto, 6º Aceitação de responsabilidade, 7º Fuga e esquivas e 8º Afastamento. Enquanto isso, o “enfermeiro” apresentou a ordem: 1º Resolução de problemas, 2º Reavaliação positiva, 3º Suporte Social, 4º Autocontrole, 5º Confronto, 6º Aceitação de responsabilidade, 7º Afastamento e 8º Fuga e Esquiva.

Em relação ao sexo autodeclarado, percebe-se uma diferença na ordem das estratégias mais empregadas. Os servidores, independente do sexo, tiveram como principal fator de enfrentamento a Resolução de problemas, porém, em segunda posição, evidencia-se a diferença em que os do sexo masculino assinalaram o Autocontrole enquanto as demais respondentes indicaram a Reavaliação positiva.

Sobre a forma de atuação durante a pandemia, as tabelas 2 e 3 demonstram as maneiras de enfrentamento com as médias mais utilizadas por cada público associadas à variável atuação predominante.

**Tabela 2.** Fatores adaptativos mais utilizados por atuação predominante pela equipe de enfermagem participante do estudo. Curitiba – Paraná, 2022.

<b>Fatores</b>	<b>Imunização Covid-19 (n:10)</b>		<b>Atendimento aos crônicos (n:13)</b>		<b>Atendimento aos sintomáticos (n:53)</b>	
	<b>Média</b>	<b>%</b>	<b>Média</b>	<b>%</b>	<b>Média</b>	<b>%</b>
<i>Confronto</i>	0,75	75	0,66	66,2	0,58	58,1
<i>Afastamento</i>	0,68	68,3	0,61	61,5	0,49	49,6
<i>Autocontrole</i>	0,88	88,7	0,81	81,1	0,70	70,3
<i>Suporte social</i>	0,88	88,3	0,79	79,4	0,71	71,6
<i>Aceitação de responsabilidade</i>	0,70	70,0	0,53	53,8	0,52	52,3
<i>Fuga e esquivas</i>	0,57	57,5	0,59	59,5	0,44	44,0
<i>Resolução de problemas</i>	0,91	91,6	0,84	84,6	0,80	80,8
<i>Reavaliação positiva</i>	0,84	84,2	0,89	89,0	0,78	78,7

Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

É notável que a Resolução de problemas se fez presente nas três formas de atuação. Todavia, o Suporte social somente é utilizado pelo público atuante no atendimento direto aos sintomáticos respiratórios e na imunização.

**Tabela 3.** Média das estratégias mais utilizadas por atuação predominante pela equipe de enfermagem participante do estudo. Curitiba – Paraná, 2022.

<b>Atuação predominante</b>	<b>Estratégias mais utilizadas</b>	<b>Média</b>
<b>Atendimento aos sintomáticos respiratórios (n:53)</b>	1º Resolução de problemas	0,80
	2º Reavaliação positiva	0,78
	3º Suporte Social	0,71
<b>Atendimento aos crônicos (n:13)</b>	1º Reavaliação positiva	0,89
	2º Resolução de problemas	0,84
	3º Autocontrole	0,81
<b>Imunização contra Covid-19 (n:10)</b>	1º Resolução de problemas	0,91
	2º Autocontrole	0,88
	3º Suporte Social	0,88

Fonte: Elaborado pelos autores (2022).

A distribuição entre as categorias profissionais foi desigual, pois 50 (66%) identificaram-se como técnicos de enfermagem e 26 (34%) como enfermeiros. A proporção de enfermeiros/técnicos neste território é de 6 enfermeiros para 10 técnicos de enfermagem.

A faixa etária predominante foi acima de 50 anos, representada por 26 (34%). A distribuição entre os sexos apresentou heterogeneidade, com 69 (91%) do sexo feminino, seis (8%) do masculino e um (1%) que preferiu não se identificar. Referente ao estado civil, percebe-se uma predominância de casados, representando 42 participantes (55%), seguidos por 11 (14%) divorciados. Em relação aos casados, a maioria declarou 16 anos ou mais de matrimônio. Dentre os respondentes, 69 (91%) afirmaram que possuem filhos e sete (9%) declararam não ter.

Sobre o local de residência, 67 (88%) residem em Curitiba. Abaixo, seguem as variáveis levantadas para o perfil socioprofissional da amostra (Tabela 4).

**Tabela 4.** Perfil socioprofissional da equipe de enfermagem participante do estudo. Curitiba – Paraná, 2022.

<b>Dados Socioprofissionais</b>	<b>Categoria profissional</b>			<b>Total</b>
	Enfermeiros	Técnicos	N	%
<b>Tempo de Formação</b>				
6 meses a 5 anos	0	1	1	1,31
6 a 10 anos	3	1	4	5,26
10 a 14 anos	4	4	8	10,5
15 anos ou mais	<b>19</b>	<b>44</b>	<b>63</b>	<b>82,8</b>
TOTAL	26	50	76	100%
<b>Tempo na Rede Pública de Saúde</b>				
6 meses a 5 anos	4	3	7	9,21
6 a 10 anos	1	0	7	9,21
10 a 14 anos	8	13	21	27,6
15 anos ou mais	<b>13</b>	<b>34</b>	<b>47</b>	<b>61,8</b>
TOTAL	26	50	76	100%
<b>Outra ocupação profissional</b>				
Sim	7	11	18	23,6
Não	<b>19</b>	<b>39</b>	<b>58</b>	<b>76,3</b>
TOTAL	26	50	76	100%
<b>Horas semanais nesta outra ocupação</b>				
10h	3	2	5	27,7
20h	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>44,4</b>
30h	1	0	1	5,55
40h	0	4	4	22,2
TOTAL (sim)	7	11	18	23,6%
<b>Rotatividade de UBS</b>				
Sim	<b>21</b>	<b>33</b>	<b>54</b>	<b>71,0</b>
Não	5	17	22	28,9
TOTAL	26	50	76	100%
<b>Quantas (Rotatividade)</b>				
1-2x	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>30,9</b>
3-5x	10	11	21	29,5
6-10x	5	6	11	15,4
TOTAL (sim)	21	33	54	71,0%

### **Atuação predominante na pandemia**

Atendimento aos sintomáticos respiratórios	18	30	48	63,1
Atendimento aos crônicos	5	10	15	19,7
Imunização Covid-19	3	10	13	17,1
TOTAL	26	50	76	100%

Fonte: Elaborado pelos autores (2022)

É importante destacar que durante o período do enfrentamento ao Coronavírus, observaram-se algumas mudanças na organização das equipes e no fluxo de atendimentos nas unidades de saúde e, devido ao plano de contingência, houve uma reorganização do distrito sanitário, sendo que 54 (71%) dos participantes do estudo passaram por mudanças de unidade de saúde.

## **DISCUSSÃO**

O Coronavírus (SARS-CoV-2) apresentou-se como um dos maiores desafios sanitários em escala global deste século. De acordo com o Ministério da Saúde, o Brasil, até o momento, notificou 37.204.677 casos confirmados e, dentro desses números, 699.917 óbitos, proporcionando um panorama de incertezas, medo e estresse<sup>13-14</sup>.

Todas as pessoas possuem maneiras distintas de agir diante de situações que enfrentam. Essas ações, chamadas de *coping*, podem variar conforme contexto, recursos e construção pessoal de cada indivíduo. O inventário utilizado neste estudo não é estático, e também não esgota as possibilidades de enfrentamento, mas refletem formas comuns empregadas pelas pessoas<sup>10</sup>.

Os fatores mais utilizados entre os trabalhadores deste estudo foram equivalentes ao encontrado em uma pesquisa com residentes de Enfermagem atuantes em unidades hospitalares na qual os fatores mais aplicados foram Reavaliação positiva, Aceitação de responsabilidade e Suporte Social<sup>4</sup>.

Isso se assemelha a estratégias adotadas pelos enfermeiros da atenção primária na cidade de São Paulo, que procuram enfrentar o problema de forma positiva, voltadas para o gerenciamento e resolução de problemas, evitando atitudes de negação do problema<sup>15</sup>.

Os servidores, ao recorrer à Reavaliação Positiva, demonstram que agiram de forma a expressar de maneira concreta as soluções nesse momento. Isso mostra também que, mesmo diante de um contexto de hesitação, ainda se colocam disponíveis para o uso dessa estratégia. Um estudo realizado em quatro hospitais de médio a grande porte, do município de Curitiba, também teve em seus enfermeiros pesquisados a Reavaliação Positiva como mais utilizada<sup>16</sup>.

Do mesmo modo, uma pesquisa realizada com a equipe, em um Hospital Universitário em São Paulo, demonstrou que a enfermagem realiza ações e reavaliações cognitivas proativas para administrar situações estressoras. Ao fazer uso de um fator focado na emoção, há a tendência de conduzir a uma adaptação emocional mais eficaz diante das situações estressoras onde o problema é visto como algo passageiro e de possível solução, possibilitando um equilíbrio emocional. Neste fator, o sujeito procura aspectos que aliviam a situação estressante ou foca nos aspectos positivos da situação<sup>10,16-17</sup>.

Contrariamente, a Resolução de Problemas é focada no problema de maneira racional e envolve atitudes com o intuito de modificar o contexto estressor, e não apenas adaptar-se a este contexto. Surge como uma necessidade de mudar a realidade e gerar resultados concretos e palpáveis, como por exemplo, a redução do número de mortes por Covid-19 e a imunização da população<sup>10</sup>.

Tal característica evidenciou-se em um estudo realizado com estudantes do ensino superior, pois este fator destaca uma atitude de eliminação de distratores e uma capacidade de mobilização de recursos (internos ou externos) com vista à resolução de uma circunstância<sup>18</sup>.

O Suporte Social, terceiro fator com maior média, demonstra que existe um esforço em modificar a situação estressora, mas de maneira conjunta com os demais. Este fator é um importante indicador de como as relações interpessoais podem ocupar uma posição importante no enfrentamento e na resolução de problemas<sup>10</sup>. O apoio social é fundamentado nas crenças e valores de que o indivíduo se sente estimado e amado por outros (familiares, amigos, gestores ou colegas de trabalho)<sup>18</sup>.

Diariamente, os profissionais de saúde precisam reafirmar o trabalho em equipe e vislumbrar, nas relações multiprofissionais, um apoio fundamental para as tomadas de decisões, e isso se intensificou neste período, quando o pensamento e a ação individual são superados pela ação coletiva e pela troca de informações<sup>4-10</sup>.

A Aceitação de Responsabilidade apresentou a média mais baixa nesta pesquisa, o que pode estar associado a um fator focado na emoção, conduzindo o sujeito a um sentimento de culpa diante da circunstância<sup>10</sup>. Devido à pandemia estar relacionada a incertezas e dúvidas, é possível afirmar que os trabalhadores não se consideraram responsáveis pelo contexto estressante. Contudo, segundo os próprios resultados da pesquisa, há uma responsabilidade atribuída com o desenvolvimento de uma ação de resolutividade frente ao evento estressor.

O Confronto é um fator estritamente voltado para o problema e para a resolução do estressor pelo sujeito. Neste tópico, o item “recusei recuar e batalhei pelo que eu queria” foi bastante utilizado pelos participantes. Isso demonstra que frente a uma crise, a equipe manteve-se na linha de frente, com o intuito de promover e manter a vida de seus usuários, mesmo que algumas ações possam resultar em pouco planejamento e maior nível de impulsividade<sup>10</sup>.

O Afastamento relaciona-se ao abandono da condição em que está inserido, com uma tentativa de evitar a todo custo a situação estressora, com a tendência de negar a realidade a fim de evitar o sofrimento psicológico<sup>10</sup>. Logo, o profissional, que está submerso em um cenário pandêmico procura agir de forma a distanciar-se daquela realidade, como maneira de lidar com situações fora do seu controle<sup>4</sup>. Na amostra, a porcentagem dos servidores que fizeram uso deste fator foi pequena, porém o item mais assinalado foi “procurei encontrar o lado bom da situação” expressando que, mesmo em um contexto desfavorável, fizeram aplicabilidade do aprendizado e de aspectos benéficos no combate ao Coronavírus.

As ações envolvendo o Autocontrole são caracterizadas por aquelas em que a pessoa reflete sobre como agir e o que verbalizar, evitando condutas equivocadas e não deixando que os demais percebam a real situação, desenvolvendo uma atitude de autoproteção<sup>4</sup>. Na amostra, vemos que o público masculino fez uso desta estratégia de uma maneira mais expressiva do que as trabalhadoras do sexo feminino.

Na pesquisa, o item “analisei mentalmente o que fazer e o que dizer” é uma tentativa de se manter racional diante de uma situação que pode causar desespero, tornando-se uma racionalização das emoções como mecanismo para amenizar o sofrimento e seguir o trabalho de forma “normal”. Contudo, tal atitude pode ocasionar uma negação das dificuldades internas e dos próprios sentimentos dos profissionais<sup>10</sup>.

A Fuga e Esquiva tem o intuito de reduzir a sensação desagradável que está sendo causada por algum agente estressor, ignorando a realidade, embora sem modificá-lo<sup>16</sup>. Isso pode levar o profissional a um sentimento de frustração porque a resolução da situação estressora depende de outras variáveis que não a ação deliberada do sujeito<sup>10</sup>. No estudo em questão, esta foi uma das estratégias menos utilizadas pelos servidores em geral, pois a pandemia exigiu que houvesse uma ação dos profissionais frente ao problema. Estudos afirmam que esta é uma estratégia pouco utilizada pela Enfermagem<sup>16</sup>. É possível avaliar que a amostra está mais suscetível a utilizar ações para aproximação e resolução do problema do que evitá-lo, embora existam momentos em que fazem uso desta estratégia<sup>10</sup>.

Um estudo em 2015, realizado pelo Conselho Federal de Enfermagem (COFEN)<sup>19</sup>, destacou a predominância feminina na categoria, o que corrobora os resultados apresentados. Considerando que a maioria dos profissionais de enfermagem é do sexo feminino, e que por sua vez ainda agrega outras atividades no lar, além de que 69 (90,7%) dos respondentes possuem filhos, ocorre um sinergismo dentre as atribuições deste profissional, o que pode causar maior estresse<sup>20</sup>.

Em contrapartida, o suporte advindo da família torna-se uma ferramenta essencial para o enfrentamento de uma situação estressora, visto que o apoio social pode ser um elemento de proteção que ajuda a enfrentar um estressor de maneira mais eficiente<sup>21</sup>.

O tempo de formação e atuação na rede pública de saúde, da mesma maneira, mostrou predominância de 15 ou mais anos. Dado divergente pode ser observado em outro estudo com a equipe de enfermagem hospitalar que teve como predominância 1 a 5 anos de atuação profissional<sup>16</sup>. Isso provavelmente se deve ao caráter de contratação da prefeitura do município em questão.

O tempo de serviço no setor, bem como a existência de vínculos empregatícios concomitantes em outros estudos, foi citado como negativo no surgimento do estresse ocupacional. A convivência diária com fatores estressantes, rotinas rigorosas, cobrança por parte dos usuários, dos familiares, como também dos colegas de profissão, podem interferir negativamente no desempenho profissional. Percebe-se que o excesso de trabalho pode produzir gradualmente a exaustão emocional e física, reduzindo sua energia no que diz respeito à eficiência, saúde e bem-estar<sup>20</sup>.

Ainda, a dedicação a uma carga horária elevada exige esforço e alta produtividade, condicionando o indivíduo a ultrapassar o limite do benéfico e sofrer

consequências para sua saúde e performance profissional<sup>4</sup>. No momento em que o profissional é submetido a uma intensa carga horária de trabalho, conseqüentemente há a redução de tempo para suprir suas necessidades básicas, causando intenso desgaste físico e mental dos profissionais que atuam frente à Covid-19<sup>21</sup>.

Estudos realizados durante a Covid-19 mostraram que houve um importante impacto na saúde tanto mental quanto física da enfermagem, por isso destaca-se a importância de atividades de lazer com vistas à regulação emocional e menor prevalência da ansiedade e depressão<sup>21</sup>.

Pesquisa realizada com o mesmo público, atuante em unidades de internação clínica de alta complexidade, constatou que os enfermeiros, diferente dos técnicos, experimentam mais fatores estressantes no seu ambiente e com maior frequência, o que também foi evidenciado neste estudo. Isso pode estar associado ao alto grau de controle característico do cargo, visto que em seu processo de trabalho, há exigência do conhecimento técnico-científico para procedimentos complexos, além de competências como tomada de decisão, comunicação efetiva e liderança, que lhe são exigidas e extremamente necessárias para a gestão de situações novas e adversas<sup>21-22</sup>.

A mudança do ambiente ocupacional pode ser um fator determinante para o estresse. Estudo realizado na China, com enfermeiros e médicos, destacou que a modificação das formas de trabalho, onde a realocação, deslocamento para novos locais, diferentes rotinas e adaptação a novos colegas são fatores estressores. Todas as mudanças no modo de vida tornaram esses profissionais mais vulneráveis emocionalmente, devido ao desconhecimento das proporções que o vírus poderia atingir e o quanto isso poderia afetar seus familiares, colegas de trabalho e pacientes<sup>6-23</sup>.

Importante ressaltar que a enfermagem já apresentava altos índices de estresse em estudos realizados antes do Coronavírus, sendo relacionadas, como estratégias de *coping*, o controle de tarefas no local de trabalho, ambientação de um local seguro e atuação profissional conhecida<sup>21</sup>.

Esse dado é relevante, pois a mudança, como fator isolado, já promove diversos sentimentos de insegurança, desconforto e desafios<sup>20</sup>. Isso ampliou-se com a atuação na pandemia, possivelmente com grandes impactos negativos na saúde emocional dos servidores.

## CONCLUSÃO

O *coping* é dinâmico, pode ser efetivo para um problema e não para outro e está sujeito a mudanças diante de situações específicas. Entende-se que as estratégias resolutivas para um determinado estressor podem não se sustentar frente a situações contínuas de estresse, como no cenário de uma pandemia.

Ao analisar a ordem de utilização das estratégias de *coping*, é possível observar que os servidores da atenção primária deste estudo as empregam de forma consciente, para melhor adaptação às situações estressoras, convergindo para um enfrentamento mais positivo e racional.

Destarte, os resultados evidenciados propiciaram reflexões significativas quanto à possibilidade de avaliar a saúde mental da equipe de enfermagem durante o fator estressor do enfrentamento ao Coronavírus e, ao mesmo tempo, propor ferramentas para proteção da saúde mental desses servidores mais vulneráveis às dificuldades impostas por esse cenário.

Compreender as estratégias utilizadas possibilita aos servidores acioná-las em demais situações de estresse e possivelmente em emergências de saúde pública futuras. Ademais, os dados levantados evidenciam a necessidade do cuidado precoce e constante com a saúde mental do indivíduo, com ações para mitigação de comportamento desadaptativo e de respostas psicológicas negativas. Torna-se necessário o controle e a manutenção do bem-estar, e a busca por recursos que minimizem as adversidades no ambiente de trabalho.

Como limitação do estudo, destaca-se o número de participantes e a desproporção entre técnicos (as) de enfermagem/enfermeiros (as), que pode ter implicação na generalização dos resultados, bem como não contemplar uma comparação de estratégias de enfrentamento antes da pandemia.

Recomenda-se a realização de mais pesquisas sobre *coping*, sendo um importante indicador de saúde mental em vários setores da sociedade, podendo ser ampliado para outras profissões e cenários, como a atenção secundária e terciária. Ademais, pesquisas com a utilização de métodos qualitativos podem contribuir para o conhecimento de outros aspectos do estresse no contexto de atenção primária à saúde, com uma melhor compreensão sobre comportamentos adaptativos bem como fatores protetivos a serem empregados por esses profissionais.

## REFERÊNCIAS

1. Alves ACAP, Barbosa JF, D'amato TRL, Gonçalves SJC. Atuação do enfermeiro da rede primária em saúde diante do isolamento domiciliar em tempo de covid-19. RPU 2020 dez 11 [citado em 2022 ago 20]. Disponível em: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/2481>
2. Cabral ERM, Melo MC, Cesar ID, Oliveira REM, Bastos TF, Machado LO, et al. Contribuições e desafios da Atenção Primária à Saúde frente à pandemia de COVID-19. InterAm J Med Health 2020 mar 3 [citado em 2022 ago 17]. Disponível em: <https://iajmh.emnuvens.com.br/iajmh/article/download/87/130/638>
3. Decreto 7508/2011. Organização do Sistema Único de Saúde-SUS, planejamento da saúde, a assistência à saúde e a articulação interfederativa. Presidência da República Casa Civil. [citado em 2023 mar.28]. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2011-2014/2011/decreto/d7508.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2011/decreto/d7508.htm)
4. Menegatti MS, Rossaneis MA, Schneider P, Silva LGC, Costa RG, Haddad MCFL. Estresse e estratégias de coping utilizadas por residentes de Enfermagem. REME Rev Min Enferm. 2020 out 16 [citado em 2023 dez 17]. DOI: <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20200066>
5. Labegalini CMG, Stevanato KP, Nogueira IS, Christinelli HCB, Silva VL, Costa MAR. The process of coping with the COVID-19 pandemic from the perspective of nursing professionals. RSD [Internet]. 2021 Jan.3 [citado 2023 jan 3]. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/11252>
6. Portugal JKA, Reis MHS, Barão ÉJS, Souza TTG, Guimarães RS, Almeida LS, et al. Percepção do impacto emocional da equipe de enfermagem diante da pandemia de COVID-19: relato de experiência | REAS [Internet]. 2020 Mai 23 [citado em 2023 nov 11]; Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/3794>
7. Belancieri MF, Beluci ML, Silva DVR, Gasparelo EA. A resiliência em trabalhadores da área da enfermagem. Estudos de Psicologia (Campinas) [Internet]. 2010 Jun 1 [citado 2022 Out 15]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/Ry4sNDZmPXv8FKpbPqFcDFg/abstract/?lang=pt>
8. Gerhardt TE, Silveira DT, organizadores. Métodos de pesquisa. [Internet]. Porto Alegre: Ed.UFRGS; 2009. [citado em 2023 jan.5]. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>
9. Orfão NH, Ferreira MRL, Souza GASC, Martins LM, Feitosa VG. COVID-19: coping strategies and adaptive behaviors adopted by health professionals during the pandemic. Rev. epidemiol. controle infecç. [Internet]. 2020 Out 4 [citado 2022 Set 19]. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/epidemiologia/article/view/15462>
10. Sousa ES, Hidaka AHV. Coping: estratégias de enfrentamento de profissionais da saúde atuantes na assistência durante o contexto de combate a pandemia da

- Covid-19: A inserção das Residências nas redes de atenção à saúde. 2021 ago 24. [citado 2022 dez 17]. DOI: <https://doi.org/10.51723/hrj.v2i12.157>
11. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal and coping. [Internet]. New York: Springer Publishing Company; 1984.
  12. Savóia MG, Santana PR, Meijas NP. Adaptação do inventário de Estratégias de Coping<sup>1</sup> de Folkman e Lazarus para o português. *Psicol. USP* [Internet]. 1 de janeiro de 1996 [citado 27 de março de 2023];7(1-2):183-201. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/psicosp/article/view/34538>
  13. Werneck GL, Carvalho MS. A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. *Cadernos de Saúde Pública*, 2020; 36(5):e00068820. [citado 2023 mar 24]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/pz75jtqNC9HGRXZsDR75BnG/?format=pdf&lang=pt>
  14. Ministério da Saúde (BR). Painel Coronavírus Brasil. Síntese de casos, óbitos, incidência e mortalidade. Atualizado em 21 de Mar 2023. [citado 2023 mar 24]. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>
  15. Lourenção LG, Riginio BM, Sasaki NSGM, Pinto MJC, Neto FRGX, Borges FA, et al. Analysis of the Coping Strategies of Primary Health Care Professionals: Cross-Sectional Study in a Large Brazilian Municipality. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2022, 19, 3332. [citado 28 de março de 2023]. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19063332>
  16. Bicalho CSS, Beltran RIL, Figueiredo KC, Souza GP, Pol TAS, et al. Estratégias de coping utilizadas pelos enfermeiros diante do stress no gerenciamento da crise da COVID-19. *Revista Nursing*. 2022 mar 25. [citado 2022 dez 23]. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/76525>
  17. Silveira RCP, Ribeiro IKS, Mininel VA. As estratégias de coping do trabalhador da enfermagem hospitalar. *Res., Soc. Dev.* 2022 fev 3. [citado 2022 dez 22] DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25282>
  18. Silva O, Caldeira SN, Sousa A, Mendes M. Estratégias de coping e resiliência em estudantes do Ensino Superior. *Revista E-Psi*. [Internet]. 2020 jan 9 [citado em 2023 jan 3]. Disponível em: <https://revistaepsi.com/artigo/2020-ano9-volume1-artigo8/>
  19. Conselho Federal de Enfermagem (Brasil). COFEN; FIOCRUZ [Internet]. Pesquisa Inédita traça perfil da enfermagem. 2015 mai 6. [Acesso em 2023 Jan 2]. Disponível em: [http://www.cofen.gov.br/pesquisa-inedita-traca-perfil-da-enfermagem\\_31258.html](http://www.cofen.gov.br/pesquisa-inedita-traca-perfil-da-enfermagem_31258.html)
  20. Graça CC, Zagonel IPS. Estratégias de coping e estresse ocupacional em profissionais de enfermagem: revisão integrativa. *Rev Espaço para a Saúde*. 2019 dez 20. [citado 2023 jan 2]. DOI: <https://doi.org/10.22421/15177130-2019v20n2p67>
  21. Aires MC, Corrêa LQ, Garcia MO, Tavares MG. Estratégias de enfrentamento (Coping) utilizadas por profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19.

- Espac. Saúde [Internet]. 2022 ago 4 [citado 2022 dez 30]. Disponível em: <https://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/873>
22. Souza SBC, Milioni KC, Dornelles TM. Análise do grau de complexidade do cuidado, estresse e *coping* da enfermagem num hospital Sul-Riograndense. Texto & Contexto - Enfermagem [online]. 2019 jan 31. [Acesso 2023 jan 2]. DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-07072018004150017>
  23. Liu Q, Luo D, Haase JE, Guo Q, Wang XQ, Liu S. et al. The experiences of health-care providers during the COVID-19 crisis in China: a qualitative study. Lancet Glob Health. 2020 Jun 8 [citado 2023 jan 4]. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30204-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30204-7)

RECEBIDO: 23/02/2023  
APROVADO: 17/08/2023