



XCONINFA

CONGRESSO INTERDISCIPLINAR DO UNIRIOS

TECNOLOGIA E FORMAÇÃO PROFISSIONAL:
INOVAÇÃO E A TRANSFORMAÇÃO DA SOCIEDADE



unirios.edu.br/coninfa

Eixo temático: Saúde Coletiva

ESTRATÉGIA DE COPING NO ALÍVIO DO ESTRESSE DOS ENFERMEIROS DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19: UMA ANÁLISE À LUZ DA TEORIA DE BETTY NEUMAN

Larissa Beatriz Valença de Sá¹; Catarina Xavier Lima²; Maria Laísse da Silva Ramos²;
Wiris Vieira do Nascimento³

INTRODUÇÃO

A pandemia do coronavírus (COVID-19) causou preocupação em todo o mundo desde o surto em 2019 em Wuhan, na China. O surto foi declarado uma pandemia pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em março de 2020. A pandemia do COVID-19 resultou em impactos significativos não apenas entre a população em geral e os pacientes afetados, mas também entre os profissionais de saúde que cuidavam desses pacientes (Chutiyami *et al.*, 2022).

Para os enfermeiros, surgiram novas fontes de estresse, incluindo: o risco potencial e real de contrair COVID-19 e o risco de transmitir o vírus a familiares próximos. Uma circunstância adicional de estresse foi a necessidade de se adaptar rapidamente a procedimentos completamente novos, diferentes das práticas médicas utilizadas anteriormente. Várias revisões sistemáticas têm refletido o aumento de ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e absenteísmo e em uma maior parcela de enfermeiros mais jovens que possuíam contato direto com pacientes infectados. Esse impacto emocional e físico nos profissionais de saúde, exigiu que se crie estratégias de enfrentamento (EE) (coping) para essa nova situação (Danet, 2021; Baczewska *et al.*, 2024).

As classificações citadas quanto às EE podem ser: estratégias de coping com foco no problema (sujeito busca saber o que fazer, atuando dentro da situação que deu origem ao

¹ Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário do Rio São Francisco – UNIRIOS. E-mail: larissabeatriz5660@gmail.com

² Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário do Rio São Francisco – UNIRIOS.

³ Enfermeiro Especialista; Docente do Centro Universitário do Rio São Francisco – UNIRIOS
wiris.nascimento@unirios.edu.br



estresse); com foco na emoção (esforço para regular o estado emocional que é associado ao estresse) e estratégias de coping de evitação (afastamento e desligamento mental, onde ocorre a tentativa do indivíduo em concentrar-se em atividades para afastar o problema da mente) (Aires *et al.*, 2022).

Nesse sentido, tratando-se da saúde do trabalhador, a teórica de enfermagem de Betty Neuman trouxe grandes contribuições, o modelo é uma visão multidimensional de indivíduos, grupos (famílias) e comunidade. Basicamente, o modelo focaliza a reação do cliente ao estresse e aos fatores de reconstituição ou adaptação. Seu modelo pode ser utilizado na doença ou no bem estar. Ele centraliza seu foco nos 3 componentes: homem, ambiente e estressor (Rodrigues *et al.*, 2021).

OBJETIVO

Analisar as estratégias de coping utilizadas pelos enfermeiros para o alívio do estresse durante a pandemia do COVID-19, fundamentando a discussão à luz da Teoria de Betty Neuman.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada no livro “Teorias de Enfermagem: relevância para a prática profissional na atualidade”, junto com as bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), PubMed e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), através dos descritores e operadores booleanos: (Occupational Stress OR Burnout) AND (Health Personnel OR Nurses) AND (Pandemic OR Epidemics OR Covid-19 OR Sars-cov-2 OR Coronavírus Infections) AND (Coping Skills OR Coping Strategies OR Coping Techniques). Foram encontrados 236 artigos, com os critérios de inclusão: artigos publicados entre 2015 a 2025, disponíveis na íntegra, nos idiomas português e inglês. Após análise, foram selecionados 09 artigos para compor esta revisão.



RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os fatores estressores podem ser de forma: socio cultural, psicológica, biológica, desenvolvimentista e/ou espiritual. Logo, é válido refletir sobre as demandas nesse aspecto a fim de compreender a dinâmica do adoecimento do trabalhador de enfermagem, que, além de exercer a atividade, faz parte de uma família, comunidade e sociedade. A partir da proposta de Neuman, faz-se necessário intervir sobre esses fatores estressores apresentados, combatendo a natureza destes, a fim de promover interação saudável entre o indivíduo e o meio em que vive e trabalha (Oliveira *et al.*, 2018).

De acordo com Neuman os estressores podem ter um efeito negativo ou positivo para o indivíduo ou grupo, relacionado à percepção do cliente e da capacidade de lidar com os seus efeitos. O primeiro contribui para o aparecimento do estresse, que quando associado ao ambiente de trabalho é entendido como de origem ocupacional. Identificou-se como fatores intrapessoais: o medo de contágio, o conhecimento restrito da doença, a mudança nos relacionamentos sociais, o receio de transmissão aos familiares, o vivenciar do adoecimento de colegas e familiares e a perda de entes queridos. Já os fatores extrapessoais são: o sistema de saúde inadequado e a sobrecarga de trabalho (Almino *et al.*, 2021).

Outros estudos realizados trazem que a modificação das formas de trabalho são um fator de estresse interpessoal, no qual aqueles que foram realocados para locais diferentes de sua rotina, tiveram que se adaptar a novos ambientes de trabalho, ao exercício profissional com colegas desconhecidos e, aqueles que passaram a realizar trabalho remoto e *homeoffice*, necessitaram aprender uso de novas tecnologias, novos tipos de comunicação com a equipe e conciliar sua vida pessoal com as atividades de trabalho, afazeres domésticos e o lazer em um mesmo local, configurando esse fatores como estressores interpessoais (Aires *et al.*, 2022).

Nesse sentido, uma pesquisa realizada em um hospital jordaniano, revelou que a maioria dos entrevistados citou o estresse no trabalho como o principal fator de influência do COVID-19. Todos os participantes referiram medo e ansiedade. Os entrevistados alegaram que não possuíam informações suficientes enquanto cuidavam de pacientes e sentiam medo de que a infecção se espalhasse para suas família, ocasionando estresse e ansiedade (Algunmeeyn *et al.*, 2020).

As estratégias de coping adotadas pelos enfermeiros com foco no problema incluíram



XCONINFA

CONGRESSO INTERDISCIPLINAR DO UNIRIOS

TECNOLOGIA E FORMAÇÃO PROFISSIONAL:
INOVAÇÃO E A TRANSFORMAÇÃO DA SOCIEDADE



unirios.edu.br/coninfa

ações práticas para enfrentar a situação estressora, como auxiliar amigos ou familiares em atividades cotidianas, como compras em supermercados e farmácias, e buscar informações sobre o andamento da pandemia. Já as estratégias com foco na emoção, sendo a reavaliação positiva a mais utilizada, envolveram o controle emocional para ressignificar a situação, promovendo crescimento pessoal, aceitação de responsabilidades, suporte social, exercícios de criatividade, leitura, filmes e música. Já as estratégias de evitação, como fuga-esquiva, eram mais utilizadas em grupos de maior risco, caracterizando-se pelo afastamento mental da situação estressora e pela espera de alguma salvação. Os enfermeiros apresentaram comportamento de isolamento, o qual inclui também a presença de sentimentos de hostilidade e o desapego da responsabilidade (Rezende; Pereira, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que é necessário fazer a identificação dos agentes estressores e das estratégias de enfrentamento realizados pelos enfermeiros durante o período da pandemia do COVID-19, para assim elaborar protocolos de atenção aos profissionais da saúde, com o objetivo de prevenir potenciais casos de transtornos mentais associados ao estresse no ambiente de trabalho.

A Teoria de Betty Neuman permite compreender que os estressores intrapessoal, extrapessoais e interpessoal afetam a saúde mental dos profissionais da saúde. As estratégias com foco no problema aumentaram o controle sobre as situações estressoras, enquanto as estratégias com foco na emoção fortaleceram a resiliência e o bem-estar. Já a evitação pode reduzir temporariamente o impacto emocional, mas apresenta consequências, como o isolamento, hostilidade e a falta de responsabilidade.

Quando as limitações, é importante destacar a falta de estudos longitudinais que acompanhem a evolução das estratégias de coping ao longo do tempo, as limitações também incluem os vários contextos institucionais.



PALAVRAS-CHAVE

Estratégia de Enfrentamento. COVID-19. Enfermagem. Teoria de Betty Neuman.

REFERÊNCIAS

- AIRES, Mariana da Cunha *et al.* Estratégias de enfrentamento (Coping) utilizadas por profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19. **Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 23, 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/362777893_Estrategias_de_enfrentamento_coping_utilizadas_por_profissionais_de_saude_durante_a_pandemia_de_COVID-19_COVID-19. Acesso em: 17 set. 2025.
- ALGUNMEEYN, Abdullah *et al.* Understanding the factors influencing healthcare providers' burnout during the outbreak of COVID-19 in Jordanian hospitals. **Journal of Pharmaceutical Policy and Practice**, v. 13, n. 53, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s40545-020-00262-y>. Acesso em: 17 set. 2025.
- ALMINO, Romanniny Hévillyn Silva Costa *et al.* Estresse ocupacional no contexto da COVID-19: análise fundamentada na teoria de Neuman. **Acta Paul. Enferm. (Online)**, v. 34, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1349809>. Acesso em: 17 set. 2025.
- BACZEWSKA, Bozena *et al.* Strategies for coping with stress used by nurses during the COVID-19 pandemic. **Ann Agric Environ Med**, v. 31, n. 4, p. 616-625, 2024. Disponível em: <https://www.aaem.pl/Strategies-for-coping-with-stress-used-by-nurses-during-the-COVID-19-pandemic,193617,0,2.html> strategies for coping with stress used by nurses during the COVID-19 pandemic. Acesso em: 17 set. 2025.
- CHUTYAMI, Muhammad *et al.* COVID-19 Pandemic and Overall Mental Health of Healthcare Professionals Globally: A Meta-Review of Systematic Reviews. **Front Psychiatry**, v. 12, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35111089/> Reviews - PubMed. Acesso em: 17 set. 2025.
- DANET, Alina Danet. Psychological impact of COVID-19 pandemic in Western frontline healthcare professionals. A systematic review. **Med Clin (Barc)**, v. 9, n. 156, p. 449-458, 2021. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7775650/> visión sistemática - PMC. Acesso em: 17 set. 2025.
- OLIVEIRA, Ana Livia Castelo Brando de *et al.* Presenteísmo, fatores de risco e repercussões na saúde do trabalhador de enfermagem. **Avances en Enfermería**, v. 36, p. 79-87, 2018. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/08/950676/presenteismo-fatores-de-risco-e-repercussoes-na-saude-do-trabal_0zcLHZF.pdf e-repercussoes-na-saude-do-trabal_0zcLHZF.pdf. Acesso em: 17 set. 2025.



XCONINFA

CONGRESSO INTERDISCIPLINAR DO UNIRIOS

TECNOLOGIA E FORMAÇÃO PROFISSIONAL:
INOVAÇÃO E A TRANSFORMAÇÃO DA SOCIEDADE



unirios.edu.br/coninfa

REZENDE, Aline Alves Ferreira de; PEREIRA, Antônio Carlos. Estratégias de coping de profissionais da saúde de Piracicaba durante a COVID-19. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 12, n. 5214, 2023. Disponível em: [http:// dx.doi.org/10.17267/2317-3394rps.2023.e5214](http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rps.2023.e5214). Acesso em: 17 set. 2025.

RODRIGUES, Ana Clara *et al.* Teorias de enfermagem: relevância para a prática profissional na atualidade. **Editora Inovar**, v. 1, p. 17-18, 2021. Disponível em: <https://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2023/10/teorias-de-enfermagem-relevancia-para-a-pratica-profissional-na-atualidade.pdf>. Acesso em: 17 set. 2025.