

Estratégias de coping utilizadas pelos enfermeiros diante do stress no gerenciamento da crise da COVID-19

RESUMO | Objetivo: Descrever as principais estratégias de coping utilizadas pelos enfermeiros durante o enfrentamento da Covid-19. Método: Estudo qualitativo, descritivo transversal, realizado em quatro hospitais, do município de Curitiba-PR, no período de setembro a novembro de 2021. Participaram 34 enfermeiros, que atuaram no enfrentamento da pandemia Covid-19. A coleta de dados foi realizada por meio de formulário eletrônico online, contendo a caracterização da pesquisa e o questionário "Inventário de Estratégias de Coping". O projeto de pesquisa foi avaliado e aprovado Pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Secretaria Municipal da Saúde de Curitiba (Parecer: 4.693.343; CAAE: 45260421.5.3002.0101). A análise dos dados foi estatística descritiva. Resultados: Observou-se que as principais estratégias de coping utilizadas foram reavaliação positiva, aceitação de responsabilidade e suporte social. Conclusão: O estudo permitiu descrever as principais estratégias de coping, realizadas pelos enfermeiros no enfrentamento à pandemia da Covid-19. Contribuindo, para o avanço das pesquisas sobre estratégias coping com trabalhadores da área da saúde.

Descritores: Enfermagem; Estratégias de enfrentamento; Covid-19.

ABSTRACT | Objective: To describe the main coping strategies used by nurses to face Covid-19. Methodology: Qualitative, descriptive cross-sectional study carried out in four hospitals in the city of Curitiba-PR, from September to November 2021. Participated 34 nurses, who worked in the confrontation against the Covid-19 pandemic. Data collection was carried out through an online electronic form, containing the characterization of the research and the questionnaire "Inventory of Coping Strategies". The research project was evaluated and approved by the Ethics and Research Committee of the Municipal Health Department of Curitiba (Number: 4,693,343; CAAE: 45260421.5.3002.0101). Data analysis was descriptive statistics. Results: It was observed that the main coping strategies used were positive reevaluation, acceptance of responsibility and social support. Considerations: The study describes the main ways of coping carried out by nurses in the face of the Covid-19 pandemic. Contributing to the advancement of research on coping strategies in the health area.

Keywords: Nursing; Coping strategies; Covid-19.

RESUMEN | Objetivo: Describir las principales estrategias de afrontamiento utilizadas por los enfermeros durante el enfrentamiento a la Covid-19. Metodología: Estudio cualitativo, descriptivo transversal, realizado en cuatro hospitales de la ciudad de Curitiba-PR, de septiembre a noviembre de 2021. Participaron 34 enfermeros, que actuaban en el combate a la pandemia de la Covid-19. La recolección de datos se realizó a través de un formulario electrónico en línea, que contenía la caracterización de la investigación y el cuestionario "Inventario de Estrategias de Afrontamiento". El proyecto de investigación fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética e Investigación de la Secretaría Municipal de Salud de Curitiba (Opinión: 4.693.343; CAAE: 45260421.5.3002.0101). El análisis de los datos fue estadística descriptiva. Resultados: Se observó que las principales estrategias de afrontamiento utilizadas fueron la revalorización positiva, la aceptación de la responsabilidad y el apoyo social. Consideraciones: El estudio permitió describir las principales estrategias de afrontamiento realizadas por los enfermeros frente a la pandemia de la Covid-19. Contribuir al avance de la investigación sobre estrategias de afrontamiento con trabajadores de la salud.

Palabras claves: Enfermería; Estrategias de afrontamiento ; Covid-19.

Cleide Straub da Silva Bicalho

Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pela Universidade Federal Paraná. Curitiba (PR), Brasil.

ORCID:0000-0002-3123-1712

Rebeca Iwankiw Lessa Beltran

Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná. Curitiba (PR), Brasil.

ORCID:0000-0002-4749-6061

Karla Crozeta Figueiredo

Enfermeira. Professora Permanente do Pro-

grama de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná. Curitiba (PR), Brasil.

ORCID:0000-0003-3544-5643

Gabrielle Porfírio Souza

Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós-Graduação Prática do Cuidado em Saúde da Universidade Federal do Paraná. Curitiba (PR), Brasil.

ORCID:0000-0001-8409-8233

Thaiane Almeida Silva Pol

Enfermeira. Doutoranda do Programa de

Pós-Graduação em Enfermagem, da Universidade Federal do Paraná (UFPR). Curitiba (PR), Brasil.

ORCID:0000-0002-2971-5937

Recebido em: 06/12/2021

Aprovado em: 23/01/2022

INTRODUÇÃO

A pandemia do coronavírus trouxe à humanidade situações que atingiram e modificaram a rotina das

peças, fazendo com que o período da quarentena, o distanciamento social, a frustração, o tédio e o acúmulo de tarefas, fossem os principais agentes estressores^{1,2}.

Ademais, no contexto de trabalho do enfermeiro, somaram-se o aumento da carga de trabalho, afastamento dos profissionais contaminados, licenças especiais por outras condições de saúde, negacionismo frente a doença além do medo de se infectar e o medo da morte².

Além disso, a posição na linha de frente, submeteu os profissionais ao estresse por atender os pacientes infectados, muitos em situação grave, em condições de trabalho, frequentemente, inadequadas^{3,4}.

Dessa maneira, experiências estressantes podem permitir o desenvolvimento pessoal, além de melhorar o estado fisiológico e psicológico, possibilitando a adaptação ao agente estressor⁵⁻⁷. Mas, isso só é possível quando os estressores são reconhecidos pelo indivíduo como ocasião de crescimento e as resoluções ao estresse são consideradas como funcionais e adaptáveis⁵.

Desde o início do século XX, estudos vinculados à psicologia do ego têm pesquisado sobre o coping como mecanismo de defesa. Foi então, que a partir da compreensão cognitivista, Folkman e Lazarus em 1985⁶ apresentaram as estratégias de coping. Essas técnicas são utilizadas pelos indivíduos para enfrentar demandas específicas, internas ou externas, que surgem em situações de estresse reconhecidas como excesso para seus recursos pessoais⁸.

Além disso, as estratégias de coping são influenciadas por fatores individuais, situacionais e ambientais. Ainda, apresentam característica dinâmica, podendo ser utilizadas como solução para situações específicas, e deixar de ser para outras⁹.

É nessa perspectiva que surgiu a necessidade de conhecer quais foram as estratégias de coping adotadas pelos

Quadro 1 – Variáveis classificatórias - Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus. Curitiba, 2022.

VARIÁVEIS	CONCEITO (LAZARUS E FOLKMAN, 1985)	DOMÍNIOS
CONFRONTO	Esforços agressivos de alteração da situação, podendo apresentar grau de hostilidade e risco envolvido.	7, 17, 28, 34, 40, 47
AFASTAMENTO	Esforços cognitivos de desprendimento e minimização da situação.	6, 10, 13, 16, 21, 41, 44
AUTOCONTROLE	Esforços de regulação dos próprios sentimentos e ações	14, 15, 35, 43, 54
SUPORTE SOCIAL	Procura de suporte informativo, suporte tangível e suporte emocional.	8, 18, 22, 31, 42, 45
ACEITAÇÃO DE RESPONSABILIDADE	Reconhecimento do próprio papel na situação e tentativa de recompor o problema.	9, 25, 29, 48, 51, 52, 62
FUGA E ESQUIVA	Estratégias para escapar ou evitar o problema	58, 59
RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS	Esforços focados sobre o problema, buscando alterar a situação	1, 26, 46, 49
REAVALIAÇÃO POSITIVA	Criação de significados positivos, podendo, também, apresentar dimensão religiosa	20, 23, 30, 36, 38, 39, 56, 60, 63

Fonte: Elaborado pela autora.

profissionais enfermeiros no enfrentamento da pandemia da Covid-19, a partir da compreensão de que as mudanças ocorridas no cotidiano do trabalho dos enfermeiros diante de tal contexto contribuem para a consolidação do conceito coping, e para pesquisas neste campo. Deste modo, o presente estudo teve como objetivo descrever as principais estratégias de coping utilizadas pelos enfermeiros, durante o enfrentamento da Covid-19.

MÉTODO

Trata-se de estudo qualitativo, do tipo descritivo transversal, realizado em quatro hospitais de médio a grande porte, do município de Curitiba-PR. A pesquisa integra o macroprojeto "Gerenciamento de crise: estratégias de enfrentamento da pandemia da COVID-19 nos serviços de saúde", do departamento de pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Paraná.

Participaram do estudo 34 profissionais enfermeiros, que atuaram na assistência direta, no gerenciamento do cuidado, ou em atividades administrativas durante o enfrentamento da pandemia Covid-19. Foram excluídos aqueles profissionais que iniciaram o preenchimento do formulário online, mas não concluíram durante o período de coleta de dados.

Os participantes foram esclarecidos quanto aos objetivos do estudo, justificativa, procedimento, contribuição, garantia do anonimato, fidedignidade na análise dos dados e o direito à liberdade de participar ou declinar do estudo em qualquer momento do processo de pesquisa, por meio do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Além disso, respeitando as recomendações de distanciamento social preconizadas pelas autoridades sanitárias, os participantes responderam a um formulário online.

A coleta de dados ocorreu nos meses de setembro a novembro de 2021,

por meio de formulário eletrônico online, composto por duas partes, sendo a primeira a coleta de dados do perfil do participante e a segunda, o instrumento Inventário de Estratégias de Coping. Esse questionário visa identificar os fatores estressantes para enfermeiros e verificar as estratégias de coping utilizadas frente a uma situação estressora, no caso deste estudo, a crise em decorrência da Covid-19.

O instrumento é composto por 66 perguntas, cuja validade e mensuração da intensidade se dá através de uma escala de frequência de 0 a 3, onde: 0 = não usei esta estratégia; 1 = usei um pouco; 2 = usei bastante e 3= usei em grande quantidade.

Além disso, os autores propõem oito variáveis classificatórias, reorganizadas e mantidas de acordo com a avaliação de Savóia, Santana e Mejias (1996)¹⁰, após a sua validação no território brasileiro e apresentadas no Quadro 1.

Os dados coletados foram armazenados em plataforma própria, desenvolvida pela assessoria estatística do macroprojeto, e passaram por análise estatística descritiva. Considerando um público alvo de 844, a amostra obtida foi de 46 enfermeiros que aceitaram participar da pesquisa e destes, apenas 34 enfermeiros concluíram o preenchimento do formulário Inventário de Estratégias de Coping.

A pesquisa foi aprovada no Comitê de Ética e pesquisa da Secretaria Municipal da Saúde de Curitiba, sob parecer: 4.693.343; CAAE: 45260421.5.3002.0101, em 31 de maio de 2021, atendendo aos requisitos das resoluções 466/2012 e 510/2016 de pesquisa realizada com seres humanos.

RESULTADOS

Quanto à caracterização da amostra, observou-se que n=28 (82,35%) participantes era do gênero feminino, sendo n=17 (50%) com idade entre 31 a 40 anos, n=13 (38,24%) possuí-

Tabela 1- Caracterização do perfil da amostra. Curitiba, 2021.

Variável	N	%		
Gênero	Sim	23	67,65	
	Feminino	28	82,35	
	Masculino	6	17,65	
	Prefiro não responder			
	Não informado			
Idade	18 a 30 anos	12	35,29	
	31 a 40 anos	17	50	
	41 a 50 anos	4	11,76	
	51 a 60 anos	1	2,94	
	Mais de 60 anos			
Tempo de formação	Não informado			
	Menos de 1 ano	2	5,88	
	1 a 5 anos	8	23,53	
	6 a 10 anos	13	38,24	
	11 a 20 anos	10	29,41	
	21 a 30 anos	1	2,94	
Possui pós-graduação?	Mais de 30 anos			
	Não informado			
	Não	34	100	
	Função atual	Diretor ou Coordenador de Enfermagem	3	8,82
		Educação Continuada	-	-
Enfermeira qualidade		1	2,94	
Enfermeiro assistencial		24	70,59	
Enfermeiro educação continuada		1	2,94	
Enfermeiro em gerenciamento de riscos assistenciais		1	2,94	
Gerente de Enfermagem		2	5,88	
Supervisor de Enfermagem		1	2,94	
Tempo de atuação na função atual	Não informado	1	2,94	
	Menos de 1 ano	9	26,47	
	1 a 5 anos	16	47,06	
	6 a 10 anos	5	14,71	
	11 a 20 anos	4	11,76	
	Mais de 30 anos			
	Não informado			

Fonte: Elaborado pela autora,

am tempo de formação de 6 a 10 anos, n=34 (100%) não apresentavam título de pós-graduação, n=24 (70,59%) com função atual de enfermeiro assisten-

cial, e tempo de função atual de 1 a 5 n=16 (47,06%) participantes. Como descrito na Tabela 1 abaixo.

Quanto ao tipo de estratégia, veri-

ficou-se que as estratégias de coping mais utilizadas pelos enfermeiros durante o enfrentamento da pandemia da Covid-19, foram: Reavaliação positiva, Aceitação de responsabilidade, Suporte Social e a menos utilizada foi: Fuga e esquiva.

DISCUSSÃO

Considerando a análise do sexo, estudo de revisão integrativa¹¹, realizado em 2021, também apresentou a predominância do sexo feminino. Com relação à idade, a presente pesquisa teve maior prevalência na idade de 31 a 40 anos, seguida da faixa etária de 18 a 30 anos, o que pode ser observado também, na revisão integrativa citada acima, sobre o aumento do número de jovens que tem se inserido no mercado de trabalho.

Com relação a questão escolaridade, apresentar ensino superior completo, pode ser considerado um ponto determinante para o surgimento do estresse ocupacional, devido às atividades desempenhadas pelo enfermeiro. Este desempenha papéis, em suas atividades laborais, como a responsabilidade por outros profissionais e profissões, a educação em saúde da equipe, o gerenciamento do setor, além dos cuidados prestados aos pacientes, familiares¹¹.

Em estudo realizado por Moraes e colaboradores (2016)¹², desenvolvido com trabalhadores de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva (UTI) neonatal para identificar as estratégias de coping utilizadas, o tempo médio de atuação profissional na área dos profissionais era de seis a 10 anos. Dado divergente pode ser observado no presente estudo, onde a predominância esteve de um a cinco.

No que se refere às estratégias de coping, encontrou-se como mais utilizados a reavaliação positiva, a aceitação de responsabilidade e o suporte social, resultado semelhante ao encon-

Tabela 2- Médias e Desvios-padrão de estratégias de coping dos participantes. Curitiba, 2021.

Estratégias	M*	Min	Máx	DP*
Confronto	4,91	0	10	2,52
Afastamento	6,65	0	13	3,14
Autocontrole	6,79	0	14	3,41
Suporte social	9,03	0	17	4,15
Aceitação de responsabilidade	9,06	0	17	4,42
Fuga e esquiva	2,85	0	6	2,22
Resolução de problemas	7,21	2	12	2,87
Reavaliação positiva	15,24	0	27	7,66

M= média; DP= Desvio padrão

Fonte: Elaborado pela autora,

trado em pesquisa realizada com enfermeiros residentes com atuação em unidades hospitalares^{8,9}.

A estratégia de reavaliação positiva foi a mais utilizada na presente pesquisa, mas em estudo prévio¹² esta foi a segunda estratégia mais utilizada. Trata-se de uma estratégia de aceitação da realidade, onde o indivíduo redireciona o agente estressor, mudando o estado emocional, e embora não seja capaz de resolver o problema, possibilita a pessoa adquirir equilíbrio emocional, proporcionando realizar adequadamente a próxima ação¹³.

Além disso, a utilização dessa estratégia pode direcionar as ações de profissionais e gestores, de maneira a enfrentar os estressores ocupacionais e amenizar seus efeitos, possibilitando um ambiente de trabalho com maior facilidade de convivência e menos conflitos e problemas¹⁴.

A estratégia de aceitação de responsabilidade, refere-se ao reconhecimento profissional, onde o indivíduo identifica seu papel no problema, aceita a realidade da situação e inicia o processo de enfrentar de maneira eficaz a situação estressante¹³.

Contudo, estudo em enfermagem

que atua com potenciais doadores de órgãos em UTI, menciona que nem sempre utilizar essa estratégia é uma forma eficaz de que o problema não interfira na qualidade do trabalho e na vida pessoal¹⁵.

Sobre o apoio social, uma revisão integrativa de literatura nacional e internacional sobre estratégias de coping no contexto laboral⁸, menciona que conversar sobre frustrações e medos, como uma forma de encarar os estressores diários, auxilia a diminuir a tensão do estresse vivenciado. Este ainda é fundamentado nas crenças e valores individuais, que o indivíduo se sente estimado e amado por outros, sendo familiares, amigos, gestores ou colegas de trabalho.

Vale ressaltar, no entanto, que este apoio pode não ser disponibilizado pela instituição, pela falta de profissionais especializados para atender os indivíduos com essas necessidades, o que pode ser observado em uma pesquisa realizada com a enfermagem que atua com potenciais doadores de órgãos em uma unidade de terapia intensiva¹³.

Como estratégia de fuga e esquiva, tem-se o intuito do profissional de reduzir a sensação desagradável que

está sendo causada por algum agente estressor, e, portanto, o indivíduo evita falar e pensar no assunto na tentativa de evitar os sentimentos, embora não modifique o estressor¹³.

Em estudo realizado por Maturana e Valle em 2014¹⁶ com enfermeiros, foi destacado que a estratégia menos utilizada foi a de fuga-esquiva, pois em ambientes hospitalares os eventos estressores fazem parte do cotidiano dos profissionais.

CONCLUSÃO

O estudo permitiu descrever as principais estratégias de coping utilizadas pelos enfermeiros durante o enfrentamento da pandemia da Covid-19, por meio do Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus.

Embora seja possível descrever as principais técnicas de adaptação frente aos agentes estressores, as estratégias de coping são dinâmicas e vão variar frente às diferentes situações de estresse.

Ademais, foi possível inferir que a principal estratégia utilizada foi a reavaliação positiva, onde os profissionais aceitaram a realidade e redirecionaram o agente estressor, modificando seu estado emocional e embora não fossem capazes de solucionar o problema, puderam alcançar o equilíbrio emocional, possibilitando realizar os próximos

passos.

Como limitação do estudo, destacou-se a baixa adesão dos profissionais no preenchimento do formulário online. Compreende-se que isto se deveu ao momento de sobrecarga ocupacional em decorrência do contexto pandêmico, o que implica na dificuldade de generalização dos resultados.

Contudo, considera-se que o desenvolvimento deste estudo contribui para o avanço das pesquisas sobre estratégias coping no contexto de trabalho com trabalhadores da área da saúde, bem como os estudos desenvolvidos com estes profissionais durante o mesmo contexto.

Referências

1. Enumo SRF, Weide JN, Vicentini ECC, Araujo MM, & Machado WL. Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma Cartilha. *Estudos de Psicologia (Campinas)*. 2020; 37: e200065. [citado 2022 jan 23]; DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200065>
2. Oliveira AT, Monsore AF, Ribeiro WA, Franco AA, Anjos BF, Dias LLC, Ranauro KCDSS, Macedo GF. Stressing factors and strategies of coping of the intensivists nurse in front of the new coronavirus. *Research, Society and Development*. 2020;10: e31610918119. [citado 2022 jan 24]; DOI: 10.33448/rsd-v10i9.18119
3. Teixeira CFS, CM, Souza EA, Lisboa ES, Pinto ICM, Andrade LR, Espiridião MA. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro. 2020;25. [citado 2022 jan 22]; DOI:<https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>
4. Costa BAS, Moreno DR, Quintiliano GLN, Fonseca PJS, Silva RS. Gerenciamento hospitalar no contexto da pandemia COVID-19. *Saúde Coletiva (Barueri)*. 2022;12(73):e9681-9690. [citado 2022 jan 22]; DOI: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2022v12i73p9681-9690>
5. Santana TS, Servo MLS, Sousa AR, Fontoura EG, de Góis RMO, Mercedes MC. Estratégias de coping utilizadas por enfermeiras de emergência hospitalar. *Texto & Contexto Enfermagem*. 2021;30:e20200435. [citado 2022 jan 24]; DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0435>
6. Folkman S, Lazarus RS. If it changes it must be a process: study of emotion and Coping three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985;48(1):e150-70. [citado 2022 jan 24].
7. Cirqueira TQP, Ferreira AGN, Cunha CRS, Santos FDRP, Dias ICCM et al. Coping strategies during the experience of breast cancer. *Research, Society and Development*. 2021;10(17):e207101724523. [citado 2022 jan 24]; DOI: 10.33448/rsd-v10i17.24523
8. Muller JM, Silva N, Pesca AD. Estratégias de coping no contexto laboral: uma revisão integrativa da produção científica brasileira e internacional. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*. 2021;21(3), 1594-1604. [citado 2022 jan 21]; DOI:<https://dx.doi.org/10.5935/rpot/2021.3.20385>
9. Menegatti MS, Rossaneis MA, Schneider P, Silva LGC, Costa RG, Haddad MCFL. Stress and coping strategies used by nursing interns. *Revista Mineira de Enfermagem*. 2020;24:e1329. [citado 2022 jan 21]; DOI: <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20200066>
10. Savoia MG, Santana PR, Mejias NP. Adaptação do inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus para o português. *Psicologia USP* 1996;7(1-2):e.183-201. [citado 2022 jan 24].
11. Graça CC, Zagonel IPS. Coping strategies and occupational stress in nursing professionals: integrative review *Rev Espaço para a Saúde*. 2019;20(2):67-77. [citado 2022 jan 24]; DOI: 10.22421/15177130-2019v20n2p67
12. Moraes F, Benetti ERR, Herr GEG, Stube M, Stumm EMF, Guido LA. Coping strategies used by nursing professionals in neonatal intensive care. 2016;20e:966. [citado 2022 jan 24]; DOI: <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20160036>
13. Souza RC, Silva SM, Costa MLAS. Occupational stress in hospital settings: review of coping strategies of nursing professionals. *Rev Bras Med Trab*. 2018;16(4):493-502. [citado 2022 jan 24]; DOI: 10.5327/Z1679443520180279
14. Ribeiro TS, Montelo NMS, Soares SCL. Coping strategies in health professionals during the pandemic in a hospital in the legal Amazon. *Research, Society and Development*. 2021;10(13):e381101321030. [citado 2022 jan 24]; DOI: 10.33448/rsd-v10i13.21030
15. Souza SS, Borenstein MS, Silva DMGV, Souza SS, Carvalho JB. Estratégias de enfrentamento da enfermagem no cuidado ao potencial doador de órgãos. *Rev Rene [Internet]*. 2013;14(1):92-100. [citado 2022 jan 24]; DOI: <http://dx.doi.org/10.15253/rev%20rene.v14i1.3333>
16. Maturana APP, Valle TGM. Estratégias de enfrentamento e situações estressoras de profissionais no ambiente hospitalar. *Psicol. hosp. (São Paulo) [online]*. 2014;12(2). [citado 2022 jan 24].