

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL
CAMPUS DE TRÊS LAGOAS
CURSO DE ENFERMAGEM

CAMILLA GONÇALVES RIBEIRO

**RESILIÊNCIA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM
DURANTE O CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19:
UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

TRÊS LAGOAS – MS

2024

CAMILLA GONÇALVES RIBEIRO

**RESILIÊNCIA DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DURANTE
O CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

Trabalho apresentado ao curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campus de Três Lagoas, como requisito parcial para obtenção do título de enfermeiro.

Orientador (a): Prof^ª. Dr^ª. Mayara Caroline Ribeiro
Antonio Viegas

TRÊS LAGOAS – MS

2024

Dedico este trabalho, em primeiro lugar, **a Deus**, que foi a minha força e minha luz em cada passo desta jornada. Sem Ele, nada disso seria possível.

Aos meus pais, que, sob muito sol, me fizeram chegar aqui pela sombra e água fresca. Os maiores incentivadores da minha trajetória, que nunca mediram esforços para a minha formação e foram o motivo da minha perseverança. Este trabalho é, de certa forma, a realização de um sonho que é nosso.

A todos que, com sua fé, esperança e orações, acreditaram e torceram por mim ao longo dessa caminhada.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus, pela minha vida. Por cada passo que me guiou, por cada desafio superado e por me conceder a sabedoria necessária para seguir em frente, mesmo quando as dificuldades pareciam insuperáveis. Agradeço por nunca ter rejeitado as minhas orações, sempre me ouvindo e me fortalecendo com Sua presença.

Aos meus pais, Kelly e Alexandro, meu porto seguro, meus exemplos de vida e minha referência mais preciosas de amor. Não há palavras que possam expressar o quanto sou grata por tudo o que fizeram e continuam fazendo por mim. Vocês, que me apoiaram em cada decisão, me incentivaram em cada desafio e me ampararam em cada queda. Sempre estiveram ao meu lado, me amando, me apoiando e me incentivando a seguir em frente. Sou eternamente grata por cada sacrifício, por cada palavra de conforto e, principalmente, por sempre acreditarem em mim, mesmo quando eu mesma duvidava. Agradeço a Deus todos os dias por ter me dado pais tão maravilhosos. Amo vocês mais do que as palavras podem expressar.

A minha biza, cuja sabedoria, amor e exemplo de vida continuam a me inspirar todos os dias. Sua presença é uma fonte constante de força e motivação. Sei que sua fé está sempre comigo e que ora por mim todos os dias. Obrigada por me ensinar tantas coisas, desde a minha infância, e por me mostrar a beleza nas coisas mais simples da vida, como o vento que Deus nos envia. Cada momento ao seu lado é um aprendizado precioso, sou eternamente grata por tê-la em minha vida.

Aos meus avós, meu eterno agradecimento por todo o amor, sabedoria e força que sempre me deram. Cada ensinamento, cada gesto de carinho, moldaram quem sou hoje. A vida de vocês é um exemplo de coragem, dedicação e amor incondicional, e sou grata por tê-los ao meu lado em cada passo da minha vida.

Ao meu namorado, que foi meu companheiro em cada fase dessa jornada. Agradeço por cada sorriso compartilhado, por cada palavra de conforto e por sempre me apoiar. Seu amor, paciência e compreensão tornaram cada desafio mais leve. Sou imensamente grata por tê-lo, não apenas como meu namorado, mas como meu melhor amigo e parceiro de vida. Esse é só o começo da nossa história, e sei que ainda temos muitos momentos incríveis pela frente.

A minha orientadora, minhas palavras não são o suficiente para expressar o quanto sou grata por todo o conhecimento compartilhado, pela paciência e pelas incontáveis horas valiosas que você dedicou a este trabalho, sempre com otimismo e disposição. Sua orientação foi fundamental para que eu alcançasse essa conquista, obrigada por me ajudar a transformar um

sonho em realidade. Você foi além de uma orientadora, sou imensamente grata por tudo o que fez por mim.

Aos meus amigos e as minhas duplas de estágio, que sempre estiveram ao meu lado, nos momentos de risos e também de lágrimas. Cada um de vocês foram essenciais nessa caminhada.

Aos professores, expresso minha profunda gratidão a todos que, ao longo desses anos, contribuíram de maneira significativa para a minha formação.

Aos membros da banca examinadora, gostaria de agradecer por aceitar o convite para participar deste momento tão importante em minha vida. Sou grata pelo tempo dedicado à avaliação, disposição em analisar e contribuir com este trabalho.

Este trabalho não é fruto apenas do meu esforço, mas também de todos que acreditaram em mim, me apoiaram e me deram força ao longo de caminho. A cada um de vocês, meu sincero e eterno agradecimento.

Não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou teu Deus: eu te esforço, e te ajudo, e te sustento com a destra da minha justiça.

Isaías 41:10

RESUMO

Objetivo: Investigar a resiliência dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* via *National Library of Medicine National Institutes of Health*, *Literatura Científica e Técnica da América Latina e Caribe*, *Base de Dados em Enfermagem* e *Scientific Electronic Library Online*. A busca ocorreu entre setembro e outubro de 2024, que resultaram em 2.776 referências, após remoção das duplicatas e emprego dos critérios de inclusão e exclusão a amostra final foi composta por 22 artigos. **Resultado:** Os resultados indicam que uma parte significativa dos profissionais analisados nos estudos desta revisão apresentou níveis médios/moderados de resiliência ao longo do período de COVID-19. As variáveis que exerceram impacto foram fatores associados ao ambiente de trabalho, saúde mental e pessoais, sendo: experiência profissional, nível de escolaridade, boa liderança no âmbito laboral, satisfação profissional, rotatividade, Burnout ou dimensões do Burnout, estresse, ansiedade, depressão, saúde mental, enfrentamento emocional, idade, gênero, morar acompanhado e prática de lazer/exercícios. **Considerações finais:** O estudo identificou os níveis/pontuações de resiliência dos enfermeiros durante a pandemia, representando níveis médios/moderados. Profissionais com maior resiliência demonstraram melhor adaptação ao ambiente de trabalho e à saúde mental, enquanto níveis mais baixos de resiliência foram ligados ao aumento de Burnout e estresse. O estudo enfatiza a relevância de criar ambientes de apoio e promover redes sociais que fortaleçam a resiliência, aprimorando a satisfação no trabalho e a qualidade do atendimento.

Palavras-chave: Resiliência; COVID-19; Profissionais de Enfermagem.

ABSTRACT

Objective: Investigate the resilience of nursing professionals during the COVID-19 pandemic.

Method: This is an integrative review of the literature, carried out in the databases Medical Literature Analysis and Retrieval System Online via the National Library of Medicine National Institutes of Health, Scientific and Technical Literature of Latin America and the Caribbean, Nursing Database and Scientific Electronic Library Online. The search took place between September and October 2024, which resulted in 2.776 references. After removing duplicates and using the inclusion and exclusion criteria, the final sample consisted of 22 articles. **Results:**

The results indicate that a significant part of the professionals analyzed in the studies in this review presented medium/moderate levels of resilience throughout the COVID-19 period. The variables that had an impact were factors associated with the work environment, mental and personal health, being: professional experience, level of education, good leadership in the workplace, professional satisfaction, turnover, Burnout or dimensions of Burnout, stress, anxiety, depression, mental health, emotional coping, age, gender, accompanied living experience and leisure/exercise practice. **Final considerations:** The study identified nurses' resilience levels/scores during the pandemic, representing medium/moderate levels. Professionals with greater resilience demonstrated better adaptation to the work environment and mental health, while lower levels of resilience were linked to increased burnout and stress. The study emphasizes the relevance of creating supportive environments and promoting social networks that strengthen resilience, improving job satisfaction and quality of care.

Keywords: Resilience; COVID-19; Nursing Professionals.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Fluxograma da busca nas bases de dados segundo recomendações PRISMA 14

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Estratégias de busca e resultados das produções identificadas	13
Quadro 2 - Caracterização da amostra final	15
Quadro 3 - Caracterização da amostra segundo o objetivo central e os resultados principais	17

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. MÉTODO	12
3. RESULTADOS	14
4. DISCUSSÃO	20
4.1. Resiliência relacionada ao ambiente de trabalho	20
4.2. Resiliência e aspectos de saúde mental	22
4.3. Resiliência associada a fatores pessoais	24
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	26
REFERÊNCIAS	28

1. INTRODUÇÃO

Trabalhar com situações desconhecidas, complexas e variadas é um desafio imposto diariamente aos profissionais de saúde. Esse ambiente desafiador, embora inerente ao trabalho em questão, pode favorecer a exposição a fatores estressores e desgastantes no ambiente de trabalho e trazer consequências para a vida e saúde desses trabalhadores.

Durante a pandemia de COVID-19, houve uma mudança inesperada na rotina dos serviços de saúde, e isso, inevitavelmente, impactou diretamente a dinâmica de trabalho dos profissionais da área (Dantas, 2021).

A literatura evidencia que os profissionais da equipe de enfermagem ficaram mais vulneráveis às alterações de saúde física e mental, pois atuaram diretamente na linha de frente da assistência e estiveram imersos em contexto adverso, e em exposição direta a pacientes contaminados e ao risco potencial de se infectarem (Morais *et al.*, 2021; Moreira; Lucca, 2020; Santos *et al.*, 2022).

Diante disso, percebe-se que alguns profissionais de saúde têm sua vida afetada pela rotina exaustiva e condições adversas de trabalho com maior intensidade, apresentando sintomas físicos e psíquicos de adoecimento, comprometendo a continuidade e alcance de metas pessoais e profissionais (Lu *et al.*, 2023; Nascimento *et al.*, 2022; Vieira *et al.*, 2022).

Como consequência, muitos desses profissionais precisam ser afastados do trabalho devido ao adoecimento, o que impacta diretamente a continuidade das atividades nos serviços de saúde (Lu *et al.*, 2023; Nascimento *et al.*, 2022; Vieira *et al.*, 2022).

No entanto, outros profissionais, mesmo passando por grandes adversidades, conseguem conservar um sentido positivo de seu modo de viver e trabalhar, mostram-se saudáveis e desempenham suas funções de maneira adequada, mantendo-se ativos em suas atividades laborais, o que pode desencadear a inferência de que há fatores que podem proteger alguns trabalhadores nesse contexto e situações, tal como a resiliência (Bohorquez *et al.*, 2022; Brolese *et al.*, 2017; Schultz *et al.*, 2022; Sousa; Araujo, 2015).

De acordo com Sousa *et al.* (2023), em contextos de alto nível de estresse ocupacional, a resiliência pode ser compreendida como um meio importante para lidar com as adversidades do mundo do trabalho, tendo em vista que, ela combina a interação entre os atributos individuais e ambientais que caracterizam a capacidade de resposta e superação de condições adversas.

Sugere-se que a resiliência constitui agente protetivo do bem-estar físico e mental de profissionais de enfermagem, portanto, compreender a resiliência apresentada por esses

profissionais durante o contexto da pandemia de COVID-19 é extremamente relevante, e pode representar uma estratégia de promoção e prevenção da saúde física e mental desses profissionais.

Parte-se do pressuposto que profissionais de enfermagem mais resilientes apresentam melhores condições de bem-estar no ambiente laboral e em suas vidas, portanto, o presente estudo tem o objetivo de investigar a resiliência dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. Sob essa perspectiva destaca-se a questão que norteou a presente proposta investigativa: qual o nível de resiliência entre profissionais de enfermagem durante o contexto da pandemia de COVID-19?

2. MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, selecionado por sua capacidade de compilar resultados de pesquisas anteriores conduzidos com diversas metodologias, proporcionando uma visão mais abrangente sobre um tema ou problema fundamentado em evidências científicas (Soares *et al.*, 2014).

Afim de atingir o objetivo proposto, a revisão integrativa foi realizada seguindo sete etapas: 1) delimitação da pergunta norteadora da revisão; 2) definição dos critérios de inclusão e exclusão; 3) busca extensiva da literatura; 4) identificação de potenciais estudos por meio de avaliação do título e resumo; 5) seleção dos artigos com base no texto completo; 6) avaliação da qualidade dos estudos inclusos; e 7) síntese dos estudos inclusos (Lavôr; Pereira, 2023).

A pergunta norteadora da pesquisa foi elaborada com base na estratégia PICO: P – população e problema; I – intervenção; C – comparação; e O – *outcome* (termo em inglês que significa desfecho). Assim, considerou-se P: profissionais de enfermagem; I: pandemia de COVID-19; C: circunstâncias epidemiológicas normais; O: resiliência dos profissionais. Nesta direção, a pergunta construída foi: qual o nível de resiliência entre profissionais de enfermagem durante o contexto da pandemia de COVID-19?

O levantamento bibliográfico ocorreu em setembro e outubro de 2024 nas bases de dados eletrônicas que compõem a *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) por meio da *National Library of Medicine National Institutes of Health* (PubMed), Literatura Científica e Técnica da América Latina e Caribe (LILACS), Base de Dados em Enfermagem (BDENF) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO).

Visando uma busca ampla na literatura, foi realizada consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no *Medical Subject Headings* (MeSH). As estratégias de busca combinaram o descritor controlado “COVID-19” e seus derivados com os termos “Profissionais de enfermagem”, “Enfermeiros”, “Resiliência psicológica” e suas respectivas expressões em inglês, utilizando os Operadores Booleanos “AND” e “OR”. As estratégias construídas com os termos de busca e seus resultados são apresentados no **Quadro 1**.

Quadro 1 – Estratégias de busca e resultados das produções identificadas. Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, 2024.

Fontes de informações	Expressões de busca	Resultados
MEDLINE /PubMed	COVID-19 OR COVID19 OR Pandemics OR SARS-CoV-2 AND Nurses Professionals OR Nurse Practitioners OR Nurses AND Resilience, Psychological	1.714
SCIELO	COVID-19 OR Coronavírus OR Pandemia AND Profissionais de enfermagem OR Enfermeiros AND Resiliência, psicológica OR Resiliência	145
LILACS	COVID-19 OR Coronavírus OR Pandemia AND Profissionais de enfermagem OR Enfermeiros AND Resiliência, psicológica OR Resiliência	481
BDEF	COVID-19 OR Coronavírus OR Pandemia AND Profissionais de enfermagem OR Enfermeiros AND Resiliência, psicológica OR Resiliência	436
Total		2.776

Fonte: Elaboração própria, 2024.

Teve-se como critérios de inclusão para a amostra: profissionais de enfermagem; abordar a resiliência dos profissionais de enfermagem no contexto da pandemia de COVID-19; estudos com delineamento qualitativo, quantitativo e de métodos mistos; artigos publicados de forma online nos últimos cinco anos (2019 a 2024), cuja coleta de dados tenha sido realizada em período pandêmico, disponíveis nos idiomas português, inglês ou espanhol, na íntegra e gratuito.

Considerou-se, ainda, como critérios de exclusão, publicações apresentadas em formato de revisões de literatura, editoriais, cartas ao editor, correspondências, comentários, reflexões, ensaios, teses, dissertações e outros tipos de publicações que não fossem artigos científicos.

Classificaram-se as evidências dos artigos em cinco níveis: Nível I - estudos relacionados à metanálise de múltiplos estudos controlados; Nível II - estudos experimentais individuais; Nível III - estudos quase-experimentais, como o ensaio clínico não randomizado, o grupo único pré e pós-teste, além de séries temporais ou caso-controle; Nível IV - estudos não experimentais, como a pesquisa descritiva, correlacional e comparativa, com abordagem qualitativa e estudos de caso e Nível V - dados de avaliação de programas obtidos de forma sistemática.

A seleção dos estudos foi conduzida por meio da exportação dos resultados das buscas nas bases de dados eletrônicas para o gerenciador de referência EndNote *desktop*, versão gratuita *on-line*, para exclusão dos artigos duplicados.

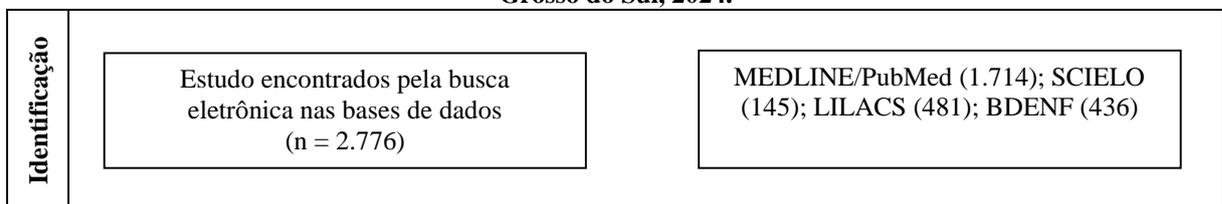
Para apresentação dos resultados, elaborou-se, uma matriz de síntese descritiva em uma planilha de *Excel*®. Foram coletados dados como: periódico; país e ano de publicação; autor(es); título; desenho do estudo; objetivo central; principais resultados relacionados à resiliência e nível de evidência. Intentou-se com o instrumento, além de formar um banco de dados, mapear pontos pertinentes, integrar dados e caracterizar a amostra revisada. Por fim, os dados compilados foram analisados por meio de categorias temáticas bem estruturadas, enriquecendo a discussão e promovendo uma compreensão mais ampla e detalhada do tema investigado.

3. RESULTADOS

A busca nas bases de dados gerou 2.776 referências. Através do software EndNote *desktop*, foram removidas 387 duplicadas, resultando em 2.389 para avaliação dos demais critérios de inclusão por meio da leitura de títulos e resumos. Destas, 2.334 foram excluídas conforme os critérios estabelecidos. Ao final, 55 artigos apresentaram potencial de inclusão na amostra e, dentre esses, 22 foram escolhidos após a leitura do artigo na íntegra.

Os resultados da triagem e o processo de seleção dos artigos foram apresentados por meio de fluxograma de acordo com as recomendações do *Preferred Reporting Items for Systematic reviews and MetaAnalyses* (PRISMA), apresentados na **Figura 1** (Page *et al.*, 2021).

Figura 1 – Fluxograma da busca nas bases de dados segundo recomendações PRISMA. Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, 2024.



Seleção	Total de artigos após a aplicação de filtros (n = 2.389)	Removidos: Artigos duplicados (n = 387)
	Total de artigos após a leitura de título e resumo para análise dos critérios de inclusão (n = 55)	Removidos: Conforme critérios estabelecidos (n = 2.334)
Elegibilidade	Artigos para leitura na íntegra (n = 55)	Removidos: Resultados do estudo (n = 33)
Inclusão	Leitura do texto completo (n = 22)	

Fonte: Elaboração própria, 2024.

A amostra final desta revisão foi composta de 22 artigos, conforme apresentado no **Quadro 2**.

Quadro 2 – Caracterização da amostra final. Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, 2024.

Estudo	Periódico	Autor (es) / Ano de publicação	Título	Desenho do estudo / Nível de evidência
E01	Nursing Open	Abdulmohdi, 2024.	The relationships between nurses' resilience, burnout, perceived organisational support and social support during the second wave of the COVID-19 pandemic: A quantitative cross-sectional survey	Quantitativo / IV
E02	Frontiers in Public Health	Afshari; Nourollahi-Darabad; Chinisaz, 2021.	Psychosocial Factors Associated With Resilience Among Iranian Nurses During COVID-19 Outbreak	Quantitativo / IV
E03	The Eurasian Journal of Medicine	Akbulut <i>et al.</i> , 2023.	Evaluation of Nurses' Vaccine Hesitancy, Psychological Resilience, and Anxiety Levels During COVID-19 Pandemic	Quantitativo / IV
E04	International Journal of Nursing Sciences	Alameddine <i>et al.</i> , 2021.	Resilience of nurses at the epicenter of the COVID-19 pandemic in Lebanon	Quantitativo / IV
E05	PeerJ	Almegewly <i>et al.</i> , 2022.	Perceived stress and resilience levels during the COVID-19 pandemic among critical care nurses in Saudi	Quantitativo / IV

			Arabia: a correlational cross-sectional study	
E06	PLoS One	Alshehry, 2024.	Association of personal and professional factors, resilience and quality of life of registered nurses in a university medical city in the Kingdom of Saudi Arabia	Quantitativo / IV
E07	Iranian Journal of Psychiatry	Dahka <i>et al.</i> , 2022.	Mental Health and Resilience among Nurses in the COVID-19 Pandemic: A Web-Based Cross-Sectional Study	Quantitativo / IV
E08	Revista Ciencia y Cuidado	Henaó-Castaño; Blanco-Caviedes; Fajardo-Ramos, 2021.	Carga del cuidador y resiliencia de enfermeros en atención domiciliaria durante pandemia covid-19	Quantitativo / IV
E09	Journal of Nursing Management	Hosgör; Yaman, 2021.	Investigation of the relationship between psychological resilience and job performance in Turkish nurses during the Covid-19 pandemic in terms of descriptive characteristics	Quantitativo / IV
E10	Journal of Nursing and Health Science	Huang <i>et al.</i> , 2021.	Resilience of frontline nurses during the COVID pandemic in China: A qualitative study	Qualitativo / IV
E11	Journal of Nursing Management	Jiménez-Fernández <i>et al.</i> , 2022.	Burnout, resilience and psychological flexibility in frontline nurses during the acute phase of the COVID-19 pandemic (2020) in Madrid, Spain	Quantitativo / IV
E12	Indian Journal of Critical Care Medicine	Jose; Dhandapani; Cyriac, 2020.	Burnout and Resilience among Frontline Nurses during COVID-19 Pandemic: A Cross-sectional Study in the Emergency Department of a Tertiary Care Center, North India	Quantitativo / IV
E13	Nursing Open	Joy <i>et al.</i> , 2023.	Nurses' self-esteem, self-compassion and psychological resilience during COVID-19 pandemic	Quantitativo / IV
E14	PLoS One	Lee <i>et al.</i> , 2023.	Burnout, resilience, and empowerment among COVID-19 survivor nurses in Indonesia	Quantitativo / IV
E15	Journal of Nursing Management	Montgomery; Patrician, 2022.	Work environment, resilience, burnout, intent to leave during COVID pandemic among nurse leaders: A cross sectional study	Quantitativo / IV
E16	International Journal of Environmental Research and Public Health	Rivas <i>et al.</i> , 2021.	Analysis of Burnout Syndrome and Resilience in Nurses throughout the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study	Quantitativo / IV
E17	Respiratory Medicine	Roberts <i>et al.</i> , 2021.	Levels of resilience, anxiety and depression in nurses working in respiratory clinical areas during the COVID pandemic	Quantitativo / IV
E18	Journal of Education and Health Promotion	Ruhabadi <i>et al.</i> , 2022.	Correlations of resilience with coping strategies, and the underlying factors in the nurses working in COVID-19 hospitals	Quantitativo / IV
E19	The Journal of Nursing Administration	Swavely <i>et al.</i> , 2022.	The Impact of Traumatic Stress, Resilience, and Threats to Core Values on Nurses During a Pandemic	Quantitativo- Qualitativo / IV
E20	Nursing Open	Wu <i>et al.</i> , 2023.	Relationship between nurses' resilience and depression, anxiety	Quantitativo / IV

			and stress during the 2021 COVID-19 outbreak in Taiwan	
E21	Nursing Open	Xu <i>et al.</i> , 2023.	Effects of coping on nurses' mental health during the COVID-19 pandemic: Mediating role of social support and psychological resilience	Quantitativo / IV
E22	Disaster Medicine and Public Health Preparedness	Zhang <i>et al.</i> , 2022.	Sociodemographic and Psychological Predictors of Resilience Among Frontline Nurses Fighting the COVID-19 Pandemic	Quantitativo / IV

Fonte: Elaboração própria, 2024.

A maioria das publicações referem-se aos anos de 2021 (31,8%) e 2022 (31,8%), seguido pelo ano de 2023 (27,2%). Já os anos de 2020 e 2024 apresentaram apenas uma publicação cada (4,6%). Quanto ao local de publicação dos estudos, quatro estudos (18,2%) foram realizados na China, três (13,6%) no Irã, dois na Inglaterra, Turquia, Arábia Saudita, Espanha e Estados Unidos, representando 9,1% cada, e países como Líbano, Colômbia, Índia, Catar e Indonésia tiveram apenas uma publicação cada (4,5%). Sobre o nível de evidência dos artigos, todos os estudos (100%) se enquadraram no nível IV que corresponde a estudos não experimentais, como a pesquisa descritiva, transversal, correlacional e comparativa, com abordagem quantitativa dos dados e estudos de caso.

O objetivo central e os principais resultados estão descritos no **Quadro 3**.

Quadro 3 – Caracterização da amostra segundo o objetivo central e os resultados principais. Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, 2024.

Estudo	Objetivo Central	Resultados Principais
E01	Examinar o nível de resiliência e esgotamento entre enfermeiros britânicos durante a segunda onda da pandemia de COVID-19 e a influência de fatores pessoais, sociais e organizacionais na resiliência dos enfermeiros e seu nível de esgotamento.	<ul style="list-style-type: none"> - 50% da amostra apresentou um nível moderado de resiliência; - Profissionais com níveis mais baixos de resiliência apresentaram níveis mais altos de Burnout; - Profissionais com suporte social demonstraram níveis mais altos de resiliência.
E02	Examinar os fatores psicossociais e demográficos associados à resiliência dos enfermeiros em um hospital no Irã.	<ul style="list-style-type: none"> - A maioria dos profissionais apresentou nível moderado de resiliência; - Profissionais com maior capacitação, mais velhos e com mais tempo de experiência são mais resilientes; - A resiliência aumenta se existe boa liderança e satisfação no trabalho.
E03	Avaliar a hesitação em relação à vacina, a resiliência psicológica e os níveis de ansiedade de enfermeiros durante a pandemia de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Pontuações maiores no nível resiliência dos profissionais diminuiu o nível de ansiedade relacionado ao coronavírus.
E04	Investigar os níveis de resiliência, satisfação no trabalho e intenção de rotatividade (turnover) de enfermeiros atuantes no principal centro de referência para COVID-19 no Líbano.	<ul style="list-style-type: none"> - 50,2% da amostra apresentou nível moderado de resiliência; - A resiliência foi mais alta nos profissionais do sexo masculino e nos que apresentaram maior satisfação no trabalho; - Já os profissionais que foram expostos a algum tipo de violência e os que demonstraram a

		intenção de rotatividade (turnover) tinham menor resiliência.
E05	Avaliar os níveis de estresse e resiliência percebidos entre enfermeiros de cuidados intensivos.	<ul style="list-style-type: none"> - O nível de estresse e resiliência relatado pela maioria dos enfermeiros de terapia intensiva foi moderado e não houve correlação significativa entre estresse relacionado à COVID-19 e resiliência entre os enfermeiros de terapia intensiva; - Os enfermeiros com anos de experiência são mais resilientes.
E06	Avaliar a resiliência e a Qualidade de Vida de enfermeiros na Arábia Saudita durante a pandemia de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Maior nível de resiliência demonstrou impactar positivamente a qualidade de vida dos enfermeiros durante situações estressantes, como a pandemia de COVID-19.
E07	Determinar a saúde mental e a resiliência de enfermeiros no Irã durante a pandemia de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Os enfermeiros apresentaram níveis moderados de resiliência; - Profissionais mais resilientes tendem a apresentar menos problemas de saúde mental; - Enfermeiros com maior nível educacional tendem a ter melhor saúde mental.
E08	Descrever a sobrecarga do cuidador e a resiliência dos enfermeiros que prestam atendimento domiciliar em tempos de pandemia.	<ul style="list-style-type: none"> - Quanto maior o nível de resiliência, maior a satisfação pessoal e menor a propensão à sintomas de depressão; - Os profissionais que moram sozinhos apresentaram baixo nível de resiliência em comparação aos que não moram sozinhos.
E09	Investigar a relação entre resiliência psicológica e desempenho no trabalho em enfermeiros em termos de suas características descritivas.	<ul style="list-style-type: none"> - Os profissionais apresentaram nível moderado de resiliência; - Profissionais mais velhos e com maior satisfação no trabalho são mais resilientes; - Conforme a resiliência aumenta, o desempenho no trabalho também se eleva.
E10	Escrever a experiência de resiliência mental entre enfermeiros que cuidam de pacientes com COVID em Xangai, China, e os fatores potenciais que facilitam essa resiliência.	<ul style="list-style-type: none"> - Os principais facilitadores da resiliência foram o suporte social, conhecimento dos protocolos de doenças infecciosas, treinamento contínuo, confiança nos protocolos, sucesso profissional e autorregulação.
E11	Demonstrar a relação causal entre resiliência, aceitação, evitação experiencial, inflexibilidade psicológica e síndrome de burnout.	<ul style="list-style-type: none"> - Os profissionais apresentaram níveis médios de resiliência; - Quanto maior a realização pessoal dos enfermeiros, maior o nível de resiliência; - Já o aumento das variáveis de burnout (exaustão emocional e despersonalização) e evitação experiencial está relacionado a diminuição da resiliência.
E12	Determinar o burnout e a resiliência e seus fatores relacionados, entre enfermeiros da linha de frente durante o COVID-19, que prestam atendimento direto aos pacientes no departamento de emergência de um centro de atendimento terciário no norte da Índia.	<ul style="list-style-type: none"> - A maioria dos enfermeiros tinham um nível moderado a alto de resiliência; - Quanto maior a resiliência, menor os níveis de exaustão emocional e maior a eficácia profissional, porém não houve relação significativa com a despersonalização; - Enfermeiros expostos a pacientes com COVID-19 e que consideraram o local de trabalho inseguro apresentaram níveis elevados de resiliência.
E13	Explorar a influência da pandemia no desenvolvimento da autoestima, autocompaixão e resiliência psicológica dos enfermeiros.	<ul style="list-style-type: none"> - A maior parte dos enfermeiros demonstraram alto nível de resiliência; - Enfermeiros com maior resiliência apresentaram mais autoestima e autocompaixão, e aqueles com maior nível de

		educação e em cargos seniores mostraram maior resiliência e autoestima.
E14	Analisar os fatores associados ao burnout, resiliência e empoderamento entre enfermeiros indonésios sobreviventes de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Enfermeiros demonstraram baixos níveis de resiliência; - Enfermeiros infectados apresentaram níveis baixos de resiliência e esgotamento; - A resiliência foi maior, de acordo com o local de trabalho (hospitais regionais e saúde pública, comparados a clínicas).
E15	Investigar como o ambiente de trabalho e a resiliência pessoal influenciam o burnout e a intenção de rotatividade entre líderes de enfermagem durante a crise de COVID-19 em hospitais de Birmingham, Alabama.	<ul style="list-style-type: none"> - A maioria dos profissionais da amostra apresentou pontuações baixas de resiliência; - Líderes de enfermagem em ambientes de trabalho mais favoráveis demonstram maior resiliência, além de apresentarem menor índice de burnout e rotatividade.
E16	Avaliar a síndrome de burnout e a resiliência de enfermeiros durante a pandemia de COVID-19, para estabelecer ações futuras que permitam melhorar as situações e lidar com o estresse laboral.	<ul style="list-style-type: none"> - Os enfermeiros demonstraram níveis moderados de resiliência; - Profissionais com maior fadiga emocional e cinismo têm menor resiliência, enquanto os com maior realização pessoal mostram maior resiliência; - Enfermeiros temporários têm resiliência mais alta do que os efetivos e interinos.
E17	Entender e explicar os níveis de resiliência, ansiedade e depressão em enfermeiros que trabalham com pacientes respiratórios durante a pandemia de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Maioria dos enfermeiros apresentaram pontuação de resiliência moderada ou moderadamente alta; - Profissionais com maior resiliência apresentam menores níveis de ansiedade e depressão; - A resiliência aumenta com a idade e experiência.
E18	Avaliar as correlações entre estratégias de enfrentamento de resiliência e os fatores subjacentes em enfermeiros que trabalham em hospitais de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Enfermeiros sem atividades de lazer apresentaram pontuação de resiliência maior do que os que praticavam atividades recreativas em casa; - Profissionais com maior resiliência têm melhores habilidades de enfrentamento emocional e problemáticas.
E19	Explorar o impacto do estresse traumático, resiliência e ameaça de valores em enfermeiros que atenderam pacientes com COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - As pontuações de resiliência entre os enfermeiros foram moderadas, apesar de muitos terem enfrentado estresse traumático; - Os enfermeiros demonstraram resiliência através da adaptabilidade, recuperação, crença na própria força, apoio e conexão.
E20	Compreender a resiliência dos enfermeiros e sua relação com as características demográficas dos enfermeiros, situações de vida e trabalho, depressão, ansiedade e estresse durante o surto de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Enfermeiros mais velhos ou experientes demonstraram maior resiliência; - Pontuações mais altas de resiliência atuam como um efeito protetor, associando-se a menores níveis de depressão, ansiedade e estresse.
E21	Investigar a saúde mental dos enfermeiros durante o surto de COVID-19 e testar o modelo hipotético para estimar os efeitos do estilo de enfrentamento, apoio social e resiliência psicológica no estado psicológico dos enfermeiros.	<ul style="list-style-type: none"> - A pontuação indicou um nível médio de resiliência; - Enfrentamento positivo, apoio social e alta resiliência psicológica contribuíram para a melhora da saúde mental dos enfermeiros; - Enfermeiros com maior resiliência psicológica adotam atitudes otimistas e utilizam recursos externos em situações estressantes.

E22	Determinar os preditores sociodemográficos e psicológicos de resiliência entre enfermeiros da linha de frente da pandemia de COVID-19.	<ul style="list-style-type: none"> - Pontuação de resiliência dos enfermeiros da linha de frente indicou um nível moderado; - A resiliência foi menor entre enfermeiros do gênero feminino, mais jovens e com pouca prática de exercício diário; - Enfermeiros com níveis mais altos de depressão, ansiedade e estresse demonstraram menor resiliência.
-----	--	--

Fonte: Elaboração própria, 2024.

Ao analisar os principais resultados evidenciados pelos estudos, observa-se que, níveis mais altos de resiliência estiveram associados a fatores como: suporte social no local de trabalho; ter uma boa liderança; possuir maior experiência profissional e grau de escolaridade mais elevado; demonstrar satisfação e realização no âmbito profissional; ser do sexo masculino; com faixa etária mais avançada e apresentar menor incidência de problemas de saúde mental.

No entanto, também foi possível identificar que os profissionais que apresentaram sintomas psíquicos de adoecimento, como Burnout, ansiedade, depressão, estresse, fadiga emocional, evitação experiencial, falta de suporte social, isolamento e pouca prática de exercícios, foram considerados profissionais com níveis mais baixos de resiliência.

Desse modo, a análise dos resultados permitiu agrupar as informações em três categorias temáticas principais para a discussão sendo elas: **1) Resiliência relacionada ao ambiente de trabalho; 2) Resiliência e aspectos de saúde mental, e 3) Resiliência associada a fatores pessoais.**

4. DISCUSSÃO

4.1. Resiliência relacionada ao ambiente de trabalho

Os achados desse estudo evidenciaram que os profissionais que possuíam maior tempo de experiência profissional e maior grau de escolaridade, apresentaram níveis mais altos de resiliência.

A resiliência pode ser definida como a capacidade pessoal de enfrentar e superar situações desfavoráveis, ao mesmo tempo que é transformado de maneira construtiva por essas experiências de adversidade. Além disso, ela é uma habilidade que pode ser desenvolvida à medida que vamos nos deparando com tais adversidades ao longo da vida (Barzilay *et al.*, 2022; Dahka *et al.*, 2022; Foster *et al.*, 2019; Roberts *et al.*, 2021)

Com isso, sugere-se que os profissionais com mais tempo de profissão e que se dedicaram há mais anos de estudo tiveram mais oportunidades de vivenciar contextos desafiadores e de se adaptarem a eles. Estudo realizado por Afshari, Nourollahi-Darabad e Chinisaz (2021), demonstrou que o aumento do nível educacional e da experiência de trabalho dos enfermeiros pode levar ao progresso de suas habilidades, ajudando no desenvolvimento de diferentes estratégias de enfrentamento, o que pode simplificar sua adaptação e fornecer a eles a facilidade de agir de forma útil e mais resiliente em condições estressantes e críticas, como o contexto da pandemia de COVID-19.

Outro dado relevante foi que os profissionais da equipe de enfermagem que relataram trabalhar em locais que apresentam boa relação com a liderança e que se sentem apoiados pelos pares, são mais resilientes. Isso ocorre porque o apoio social ajuda a lidar com as adversidades do dia a dia, promovendo saúde, bem-estar e resiliência, além de reduzir o risco de esgotamento. O suporte oferecido por colegas e líderes cria um ambiente seguro e acolhedor, favorecendo a autoproteção e incentivando práticas de regulação do estresse. Esses fatores refletem positivamente na saúde mental e no desempenho profissional (Abdulmohdi, 2023; Antonio-Viegas; Cardoso, 2023; Wang *et al.*, 2018).

Segundo o estudo de Roberts *et al.* (2020), foi identificada uma relação positiva entre a qualidade da liderança e a resiliência dos enfermeiros. O fortalecimento da resiliência pode ser alcançado por meio de um ambiente seguro, com apoio dos líderes para amenizar o sofrimento emocional e os riscos advindos da pandemia, assegurando sua equipe, proporcionando todo suporte necessário para enfrentar os desafios. Outros estudos similares corroboram com esse resultado (Akbulut, 2023; Huang *et al.*, 2021; Montgomery; Patrician, 2022; Xu *et al.*, 2023).

Ressalta-se ainda que, a satisfação profissional e/ou realização pessoal foram associadas de maneira significativa com a resiliência. Tais aspectos podem ser compreendidos como o sentimento que o profissional tem sobre sua competência e êxito, além da autoavaliação sobre sentir-se feliz e satisfeito com o desenvolvimento do seu trabalho (Alvares *et al.*, 2020; Bohorquez *et al.*, 2022; Briciu *et al.*, 2023; Ferreira; Silva; Souza, 2022).

Assim, a literatura traz que a satisfação profissional e/ou realização pessoal aumentam os níveis de resiliência e melhoram a interação destes profissionais com pacientes, pois conseguem reconhecer a relevância de sua atuação e de sua capacidade de lidar com problemas emocionais no ambiente de trabalho com calma. Ou seja, estes profissionais possuem importante senso de responsabilidade e respeito no cuidado em saúde, e se realizam no que fazem, conforme demonstram alguns estudos realizados no contexto pandêmico e fora dele (Lluch *et al.*, 2022; Meira-Silva *et al.*, 2022; Pereira *et al.*, 2020; Stodolska, 2023).

Por fim, identificou-se que os profissionais mais resilientes apresentam menor *turnover* que é a intenção/vontade de deixar o local de trabalho, buscando outras oportunidades (Alameddine *et al.*, 2021; José *et al.*, 2020; Montgomery *et al.*, 2022).

Segundo estudos da amostra, foi identificado que a resiliência atua como um amortecedor contra a rotatividade, sendo fortalecida por um bom ambiente organizacional. Dessa forma, investir em um ambiente de trabalho saudável é uma estratégia eficaz para minimizar a perda de profissionais valiosos e melhorar a sustentabilidade no desempenho dos enfermeiros (Jose *et al.*, 2020; Montgomery *et al.*, 2022).

De acordo com estudo de Alameddine *et al.* (2021), ressalta-se ainda que, a pandemia aumentou a pressão sobre os enfermeiros, comprometendo seu bem-estar e emocional. No entanto, a resiliência destaca-se como um fator essencial para reduzir o *turnover*, pois ajuda os profissionais a lidar com desafios, melhora a qualidade do atendimento e eleva a satisfação dos pacientes.

4.2. Resiliência e aspectos de saúde mental

Os resultados revelaram que os enfermeiros com maior nível de resiliência tendem a apresentar menos sintomas associados ao Burnout ou suas dimensões. Por outro lado, outros estudos da presente revisão mostram que níveis baixos estão associados à intensificação desses sintomas.

O Burnout pode ser caracterizado pela alta exaustão emocional, alta despersonalização e baixa realização profissional, o que gera o desgaste mental. Neste contexto, a resiliência atua como um efeito protetor, funcionando como estratégia de enfrentamento positiva diante de situações adversas, reduzindo os impactos negativos do esgotamento (Vieira *et al.*, 2022).

Sendo assim, ressalta-se que, durante a pandemia de COVID-19 os profissionais de enfermagem enfrentaram fatores de risco diários e estressores prolongados, e apesar disso, continuaram na linha de frente dos cuidados aos pacientes (Rossi *et al.*, 2020).

Com o fortalecimento da resiliência, os enfermeiros foram capazes de enfrentar as adversidades com maior eficácia, demonstrando notável capacidade de adaptação às condições desafiadoras, além de conseguirem implementar estratégias de enfrentamento que mantiveram esses profissionais em seus postos de trabalho (Teixeira *et al.*, 2020).

A associação positiva entre a resiliência e a diminuição do Burnout foi objeto de um estudo realizado por José, Dhandapani e Cyriac (2020) que identificou que o fortalecimento da

resiliência contribui para a diminuição do Burnout, auxiliando-os a lidar com o estresse, a exaustão e as frustrações no ambiente de trabalho, se aproximando dos resultados dessa revisão.

Outro estudo realizado por Jiménez-Fernández *et al.* (2022), expõe que a resiliência dos enfermeiros durante a pandemia estava ligada à sua capacidade de aceitação, evitação de experiências e inflexibilidade psicológica, fatores que contribuíram para o desenvolvimento da síndrome de Burnout. Isso destaca a importância dos aspectos psicológicos no enfrentamento das dificuldades e os impactos na saúde mental dos profissionais de enfermagem.

Ao analisar a saúde mental, foi possível compreender que ela exerce um papel de extrema importância nos profissionais de enfermagem, e que tem impacto direto nos fatores que contribuem para maior resiliência. Sendo assim, os profissionais com maior resiliência tendem a apresentar níveis mais baixos de ansiedade, depressão e estresse, atuando como um fator de proteção ao adoecimento (Dahka *et al.*, 2022; Roberts *et al.*, 2021; Wu *et al.*, 2023).

Durante o período pandêmico, inevitavelmente, os profissionais ficaram mais vulneráveis ao estresse e ao adoecimento ao atuarem na linha de frente da assistência, e que isso teve impacto em sua saúde física e emocional (Morais *et al.*, 2021; Moreira; Lucca, 2020; Santos *et al.*, 2021). Por isso, estudar e compreender a resiliência como uma estratégia de auxílio para melhoria da saúde mental pode oportunizar a gestão e o trabalho de fatores de promoção da saúde no contexto laboral (Garcia-Iglesias *et al.*, 2022).

No entanto, segundo Almegewly *et al.* (2022), o estudo evidenciou que não houve correlação significativa entre o estresse e a resiliência entre os enfermeiros, embora o estresse e a resiliência tenham sido níveis moderados. Tal resultado pode ser atribuído pela variedade nas respostas ao estresse, uma vez que cada pessoa lida com as adversidades de maneira singular e pelas diferentes estratégias de enfrentamento utilizadas pelos profissionais, de acordo com suas experiências e recursos, além da influência de fatores como suporte social e o ambiente de trabalho.

Ao fortalecer a resiliência, os enfermeiros aperfeiçoam competências como autoconfiança, independência e adaptabilidade, o que os torna mais preparados para enfrentar desafios e estimular o desenvolvimento pessoal em contextos adversos (Hu *et al.*, 2020). Sendo assim, destaca-se a relação da resiliência com o enfrentamento emocional, enfatizando como a resiliência auxilia na gestão das emoções frente a situações desafiadoras, como foi a pandemia de COVID-19 (Maia; Neto, 2021).

De modo geral, os estudos indicam que os enfermeiros com maior resiliência apresentam melhores habilidades para lidar com o enfrentamento emocional e para resolver problemas, e que ainda adoeceram menos. Assim, é possível perceber a elevação da resiliência

durante a pandemia, a qual intensificou a sensibilidade dos profissionais em relação às responsabilidades e a importância da cooperação, exigindo flexibilidade, adaptação e enfrentamento positivo (Ruhabadi *et al.*, 2022).

4.3. Resiliência associada a fatores pessoais

Diversos estudos incluídos nessa revisão indicaram uma influência positiva e significativa entre o nível de resiliência e a idade dos profissionais de enfermagem, demonstrando que, à medida que a idade dos enfermeiros aumenta, sua capacidade de resiliência tende a aumentar. Ou seja, os enfermeiros mais jovens, com menos experiência e habilidades, enfrentam maior estresse psicológico e no trabalho, sendo mais propensos a desenvolver respostas negativas em sua saúde física e psicológica (Afshari; Nourollahi-Darabad; Chinisaz, 2021; Hosgör; Yaman, 2021; Wu *et al.*, 2023).

De acordo com Afshari, Nourollahi-Darabad e Chinisaz (2021) existe uma associação positiva entre a resiliência e a faixa etária dos enfermeiros. Em seu estudo, encontraram que o avanço da idade, em conjunto com a experiência adquirida ao longo dos anos, favorece o desenvolvimento de habilidades e estratégias essenciais para enfrentar situações de estresse. Estes fatores contribuem para uma maior capacidade de adaptação e resistência emocional, características fundamentais no contexto desafiador da pandemia.

Ainda sobre a relação da resiliência com a idade, Hosgör e Yaman (2021) apresentaram que enfermeiros de meia idade possuíam níveis elevados de resiliência, desenvolvendo ao longo dos anos abordagens mais eficientes para enfrentar os desafios no ambiente de trabalho. Percebe-se que essa relação parece estar bem descrita na literatura, observando-se que diversos estudos com a mesma temática corroboram com esses achados (Afshari; Nourollahi-Darabad; Chinisaz, 2021; Caroccini; Balsanelli; Neves, 2022; Hsiao *et al.*, 2019; Wu *et al.*, 2023).

Outro dado relevante foi que o gênero é um fator importante na manifestação da resiliência, revelando que os homens e mulheres possuem diferenças significativas. Ressalta-se que profissionais de enfermagem do sexo masculino apresentaram maiores níveis de resiliência, quando comparados ao sexo feminino (Alameddine *et al.*, 2021; Altmayer *et al.*, 2021; Zhang *et al.*, 2022).

Segundo o estudo de Alameddine *et al.* (2021), o nível mais alto de resiliência em homens se explica devido às diferenças de gênero nos mecanismos de enfrentamento e na própria dinâmica da vida. As mulheres, além das demandas profissionais, acumulam

responsabilidades no âmbito doméstico e familiar. Essa sobrecarga adicional, durante a pandemia e em contextos de normalidade, impacta negativamente a capacidade de adaptação e enfrentamento, contribuindo para uma diminuição na resiliência nessas profissionais.

Zhang *et al.* (2022) acrescentam que os homens demonstram maior habilidade em lidar com estressores, provavelmente em função dos papéis tradicionais que limitam suas responsabilidades ao trabalho externo. Sendo assim, essa distribuição de papéis contribui para aliviar parte da carga emocional e facilita o enfrentamento de desafios profissionais. Vale destacar que os homens, culturalmente, não demonstram suas emoções com tanta facilidade e acabam negligenciando os aspectos emocionais relacionados a sua saúde.

Ao analisar com quem os profissionais de enfermagem moravam, nota-se que os profissionais que assinalaram residirem sozinhos eram menos resilientes, quando comparados àqueles que moram com outras pessoas (Henao-Castaño; Blanco-Caviedes; Fajardo-Ramos, 2021; Peñacoba *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2020).

De acordo com o estudo de Henao-Castaño, Blanco-Caviedes e Fajardo-Ramos (2021), morar acompanhado oferece suporte imediato essencial para enfrentar crises e adversidades. A presença de outras pessoas em casa facilita a criação de vínculos de suporte mútuo, permitindo o compartilhamento de emoções e problemas. Esse tipo de rede de apoio contribui significativamente para o fortalecimento da resiliência, proporcionando uma base emocional mais robusta diante das dificuldades.

Ao passo que pessoas que moram sozinhas também podem desenvolver resiliência baseada na autossuficiência e na capacidade de se adaptar de forma independente, cultivando autonomia e habilidade para resolver problemas sozinhos. No entanto, para obterem níveis mais elevados de resiliência, elas precisam dispor de mais recursos e estratégias (Henao-Castaño; Blanco-Caviedes; Fajardo-Ramos, 2021).

Outro fator pessoal com impacto na resiliência é a prática de atividade física e momentos de lazer. Os exercícios físicos desempenham um papel importante na regulação do estresse, promovem a disciplina e fortalecem a saúde física e mental. Além disso, os momentos de lazer são fundamentais no estabelecimento de vínculos e no sentimento de pertencimento, sendo importantes no desenvolvimento da resiliência (Bohorquez *et al.*, 2022; Vieira *et al.*, 2022).

O exercício regular favorece o bem-estar e a capacidade de lidar com emoções negativas, o que fortalece a habilidade de enfrentar o estresse de maneira equilibrada. Além disso, as atividades de lazer proporcionam momentos de relaxamento e descontração, contribuindo para a melhoria do humor e da sensação de controle, elementos essenciais para uma resiliência forte e saudável. (Ruhadi *et al.*, 2022; Zhang *et al.*, 2022).

Por fim, pode-se considerar que a alta resiliência contribuiu significativamente para a Qualidade de Vida desses profissionais, incluindo sua capacidade de autorregulação e sua autoestima e autocompaixão (Alshehry, 2024; Chen *et al.*, 2022; Swavely *et al.*, 2022).

A Qualidade de Vida impacta não somente no cenário de vida pessoal do profissional, mas também em seu contexto de trabalho e na maneira como irá desenvolvê-lo. Assim, a resiliência elevada que, conseqüentemente, aumentou a qualidade de vida dos profissionais durante a pandemia foi primordial para que os mesmos se mantivessem ativos, assumindo seus papéis e trabalhando incansavelmente no combate à pandemia de COVID-19 (Malagolli *et al.*, 2024).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo teve como principal objetivo investigar a resiliência dos profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19.

Os resultados mostram que relevante parte dos profissionais investigados nos estudos incluídos no escopo dessa revisão apresentaram níveis médios/moderados de resiliência durante o contexto da pandemia.

A resiliência em níveis mais elevados teve impacto positivo em aspectos relacionados ao ambiente de trabalho e aspectos pessoais, enquanto níveis mais baixos de resiliência impactou de maneira negativa a saúde mental e favoreceu fatores que propiciam o adoecimento psíquico, como Burnout/estresse, ansiedade e depressão.

Isso indica que, apesar das dificuldades impostas por um contexto novo, desafiador e adverso, os profissionais demonstraram habilidade em gerenciar conflitos e uma postura proativa para enfrentar/superar situações desafiadoras, sendo considerados profissionais resilientes.

Por isso, considera-se que os resultados são relevantes por permitirem maior compreensão sobre a resiliência, a fim de estimular o desenvolvimento de ações que aumentem competências e habilidades necessárias nesse processo dentro do ambiente de trabalho.

Na prática, profissionais mais resilientes demonstram trabalhar com mais entusiasmo, são mais satisfeitos profissionalmente e conseguem prestar um cuidado pautado em práticas eficientes.

Assim, é fundamental que os gestores/líderes demonstrem a importância de ações assertivas para a melhoria da resiliência no contexto laboral, como estimular o apoio social no

trabalho e promover ambientes mais acolhedores e seguros, buscando melhorar a saúde mental, reduzir os níveis de rotatividade e absenteísmo e melhorar a qualidade da assistência prestada.

REFERÊNCIAS

ABDULMOHDI, N. The relationships between nurses' resilience, burnout, perceived organisational support and social support during the second wave of the COVID-19 pandemic: A quantitative cross-sectional survey. **Nursing Open**, v. 11, n. 1, e2036, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/nop2.2036>. Acesso em: 07 set. 2024.

AKBULUT, S. et al. Evaluation of Nurses' Vaccine Hesitancy, Psychological Resilience, and Anxiety Levels During COVID-19 Pandemic. **The Eurasian Journal of Medicine**, v. 55, n. 2, p. 140-145, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.5152/eurasianjmed.2023.22162>. Acesso em: 20 set. 2024.

ALAMEDDINE, M. et al. Resilience of nurses at the epicenter of the COVID-19 pandemic in Lebanon. **International Journal of Nursing Sciences**, v. 8, n. 4, p. 432-438, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2021.08.002>. Acesso em: 20 set. 2024.

ALMEGEWLY, W. et al. Perceived stress and resilience levels during the COVID-19 pandemic among critical care nurses in Saudi Arabia: a correlational cross-sectional study. **PeerJ**, v. 10, e13164, 2022. Disponível em: <https://peerj.com/articles/13164/>. Acesso em: 10 out. 2024.

ALSHEHRY, A. S. Association of personal and professional factors, resilience and quality of life of registered nurses in a university medical city in the Kingdom of Saudi Arabia. **PLoS One**, v. 19, n. 9, e0310263, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0310263>. Acesso em: 05 out. 2024.

ALTMAYER, V. et al. Coronavirus disease 2019 crisis in Paris: A differential psychological impact between regular intensive care unit staff members and reinforcement workers. **Australian Critical Care**, v. 34, n. 2, p. 142-145, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.aucc.2020.11.005>. Acesso em: 10 out. 2024.

ALVARES, M. E. M. et al. Síndrome de burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, v. 32, n. 2, p. 251-260, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/0103-507X.20200036>. Acesso em: 07 set. 2024.

ANTONIO-VIEGAS, M. C. R. **Estresse no trabalho, resiliência e adoecimento de profissionais que atuaram em serviços de urgência e emergência no contexto da pandemia de COVID-19**. Orientador: Lucilene Cardoso. 2023. Tese (Doutorado em Ciências, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem Psiquiátrica) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/USP.

BARZILAY, R. et al. Resilience, COVID-19-related stress, anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers. **Translational psychiatry**, v. 10, n. 1, p. 291, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41398-020-00982-4>. Acesso em: 10 set. 2024.

BOHORQUEZ, B. Z. et al. Síndrome de burnout, resiliencia y miedo a la COVID-19 en personal sanitario durante la pandemia por SARS-CoV-2. **Revista Clínica de Medicina de Familia**, v. 15, n. 3, p. 134-142, 2022. Disponível em:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2022000300003. Acesso em: 11 out. 2024.

BRICIU, V. et al. Burnout, Depression, and Job Stress Factors in Healthcare Workers of a Romanian COVID-19 Dedicated Hospital, after Two Pandemic Years. **International Journal Environmental Research Public Health**, v. 20, n. 4118, 2023. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/20/5/4118>. Acesso em: 15 out. 2024.

BROLESE, D. F. et al. Resiliência da equipe de saúde no cuidado a pessoas com transtornos mentais em um hospital psiquiátrico. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 51, p. 1-7, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/vz5bRBz6qRqh6NPzbMQx8FD/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 01 out. 2024.

CAROCCINI, T. P.; BALSANELLI, Alexandre Pazetto; NEVES, Vanessa. Resiliência de enfermeiros na pandemia da covid-19: revisão integrativa. **Revista de enfermagem da ufsm**, v. 12, p. e60-e60, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/2179769270622>. Acesso em: 07 set. 2024.

CHEN, Y. et al. Relationship between negative emotions and job burnout in medical staff during the prevention and control of the COVID-19 epidemic: the mediating role of psychological resilience. **Frontiers in Psychiatry**, v. 13, p. 857134, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.857134>. Acesso em: 07 set. 2024.

DAHKA, S. M. et al. Mental Health and Resilience among Nurses in the COVID-19 Pandemic: A Web-Based Cross-Sectional Study. **Iranian Journal of Psychiatry**, v. 17, n. 1, p. 35-43, 2022. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8994834/pdf/IJPS-17-35.pdf>. Acesso em: 09 set. 2024.

DANTAS, E. S. O. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por Covid-19. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, p. e200203, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/Interface.200203>. Acesso em: 01 set. 2024.

FERREIRA, M. C. L.; SILVA, S. M.; SOUZA, S. Estresse e Burnout em enfermeiros da emergência de um hospital referência em urgência e trauma. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 12, e4413, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.19175/recom.v12i0.4413>. Acesso em: 26 set. 2024.

FOSTER, K.; CUZZILLO, C.; FURNESS, T. Strengthening mental health nurses' resilience through a workplace resilience programme: A qualitative inquiry. **Journal of psychiatric and mental health nursing**, v. 25, n. 5-6, p. 338-348, 2018. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jpm.12467>. Acesso em: 09 set. 2024.

GARCÍA-IGLESIAS, J. J. et al. Suicidal ideation and suicide attempts in healthcare professionals during the COVID-19 pandemic: A systematic review. **Frontiers in Public Health**, v. 10, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1043216>. Acesso em: 27 out. 2024.

HENAO-CASTAÑO, A. M.; BLANCO-CAVIEDES, J. J.; FAJARDO-RAMOS, E. Carga del cuidador y resiliencia de enfermeros en atención domiciliaria durante pandemia covid-

19. **Revista Ciencia y Cuidado**, v. 18, n. 3, p. 64-73, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.22463/17949831.3060>. Acesso em: 09 set. 2024.

HOŞGÖR, H.; YAMAN, M. Investigation of the relationship between psychological resilience and job performance in Turkish nurses during the Covid-19 pandemic in terms of descriptive characteristics. **Journal of Nursing Management**, v. 30, n. 1, p. 44-52, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jonm.13477>. Acesso em: 09 set. 2024.

HU, D. et al. Frontline nurses' burnout, anxiety, depression, and fear statuses and their associated factors during the COVID-19 outbreak in Wuhan, China: A large-scale cross-sectional study. **EClinicalMedicine**, v. 24, 2020. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7320259/>. Acesso em: 09 set. 2024.

HUANG, F. et al. Resilience of frontline nurses during the COVID pandemic in China: A qualitative study. **Journal of Nursing and Health Science**, v. 23, n. 3, p. 639-645, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/nhs.12859>. Acesso em: 10 set. 2024.

JIMÉNEZ-FERNÁNDEZ, R. et al. Burnout, resilience and psychological flexibility in frontline nurses during the acute phase of the COVID-19 pandemic (2020) in Madrid, Spain. **Journal of Nursing Management**, v. 30, n. 7, p. 2549-2556, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jonm.13778>. Acesso em: 09 set. 2024.

JOSE, S.; DHANDAPANI, M.; CYRIAC, M. C. Burnout and Resilience among Frontline Nurses during COVID-19 Pandemic: A Cross-sectional Study in the Emergency Department of a Tertiary Care Center, North India. **Indian Journal of Critical Care Medicine**, v. 24, n. 11, p. 1081-1088, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10071-23667>. Acesso em: 10 set. 2024.

JOY, G. V. et al. Nurses' self-esteem, self-compassion and psychological resilience during COVID-19 pandemic. **Nursing Open**, v. 10, n. 7, p. 4404-4412, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/nop2.1682>. Acesso em: 15 set. 2024.

LAVÔR, D. S. A.; PEREIRA, M. C. Potencialidades e fragilidades nos cuidados paliativos de enfermagem em pediatria: uma revisão integrativa. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 6, n. 13, p. 1147-1157, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8087111>. Acesso em: 10 out. 2024.

LEE, H. F. et al. Burnout, resilience, and empowerment among COVID-19 survivor nurses in Indonesia. **PLoS One**, v. 18, n. 10, e0291073, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0291073>. Acesso em: 12 out. 2024.

LLUCH, C. et al. The Impact of the COVID-19 Pandemic on Burnout, Compassion Fatigue, and Compassion Satisfaction in Healthcare Personnel: A Systematic Review of the Literature Published during the First Year of the Pandemic. **Healthcare**, v. 10, n. 2, p. 364, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/healthcare10020364>. Acesso em: 15 out. 2024.

LU, J. et al. Analysis of Factors Affecting Psychological Resilience of Emergency Room Nurses Under Public Health Emergencies. **INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing**, v. 60, p. 1-13, 2023. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9932789>. Acesso em: 28 out. 2024.

MAIA, A. O. B.; NETO, A. C. G. Resiliência de profissionais de saúde frente à COVID-19. **Revista da SBPH**, v. 24, n. 1, p. 147-161, 2021. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rsbph/v24n1/14.pdf>. Acesso em: 29 out. 2024.

MALLAGOLI, I. S. S. et al. Qualidade de vida associada a recursos individuais e do trabalho de profissionais de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 77, p. e20230476, 2024. Disponível em: https://www.revenf.bvs.br/pdf/reben/v77n3/pt_0034-7167-reben-77-03-e20230476.pdf. Acesso em: 12 out. 2024.

MEIRA-SILVA, V. S. T. et al. Burnout syndrome in healthcare workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 20, n. 1, p. 122-131, 2022. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.47626/1679-4435-2022-849>. Acesso em: 15 set. 2024.

MONTGOMERY, A. P.; PATRICIAN, P. A. Work environment, resilience, burnout, intent to leave during COVID pandemic among nurse leaders: A cross-sectional study. **Journal of Nursing Management**, v. 30, n. 8, p. 4015-4023, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jonm.13831>. Acesso em: 12 set. 2024.

MORAIS, C. P. T. et al. Impacto da pandemia na saúde dos profissionais de saúde que trabalham na linha de frente da Covid-19 e o papel da psicoterapia. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 1, p. 1660-1668, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n1-113>. Acesso em: 20 out. 2024.

MOREIRA, A. S.; LUCCA, S. R. Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate à Covid-19. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1 (especial), p. 155-161, 2020. Disponível em: <https://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3590>. Acesso em: 20 out. 2024.

NASCIMENTO, M. B. G. et al. Resiliência dos profissionais de saúde no enfrentamento do novo coronavírus – uma revisão teórica. **Revista Enfermagem Atual in derme**, v. 96, n. 37, e-02120113, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.31011/reaid-2022-v.96-n.37-art.1171>. Acesso em: 01 out. 2024.

NOUROLLAHI-DARABAD, M.; AFSHARI, D.; CHINISAZ, N. Psychosocial Factors Associated With Resilience Among Iranian Nurses During COVID-19 Outbreak. **Frontiers in Public Health**, v. 9, p. 714971, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.714971>. Acesso em: 09 set. 2024.

PAGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **Thebmj**, v. 372, 2021. Disponível em: <https://doi/10.1186/s13643-021-01626-4>. Acesso em: 10 set. 2024.

PEÑACOBÁ, C. et al. Resilience and anxiety among intensive care unit professionals during the COVID-19 pandemic. **Nursing in critical care**, v. 26, n. 6, p. 501-509, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/nicc.12694>. Acesso em: 25 out. 2024.

PEREIRA, S. S. et al. Exaustão emocional em profissionais da saúde e sua associação com variáveis interventoras. **Research Society and Development**, v. 9, n. 7, e-877974484, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4484>. Acesso em: 16 set. 2024.

RIVAS, N. et al. Analysis of Burnout Syndrome and Resilience in Nurses throughout the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 19, 10470, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph181910470>. Acesso em: 16 set. 2024.

ROBERTS, N. J. et al. Levels of resilience, anxiety and depression in nurses working in respiratory clinical areas during the COVID pandemic. **Respiratory Medicine**, v. 176, 106219, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rmed.2020.106219>. Acesso em: 15 set. 2024.

ROSSI, R. et al. Mental health outcomes among frontline and second-line health care workers during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic in Italy. **JAMA network open**, v. 3, n. 5, p. e2010185-e2010185, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.10185>. Acesso em: 16 set. 2024.

RUHABADI, F. et al. Correlations of resilience with coping strategies, and the underlying factors in the nurses working in COVID-19 hospitals. **Journal of Education and Health Promotion**, v. 11, p. 398-403, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1634_21. Acesso em: 10 set. 2024.

SANTOS, B. L. F. et al. Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem. **Enfermagem em Foco**, v. 13, e-202240, 2022. Disponível em: https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-13-spel-e-202240spel/2357-707X-enfoco-13-spel-e-202240spel.pdf. Acesso em: 24 out. 2024.

SANTOS, R. C. et al. A saúde mental dos profissionais de enfermagem frente à pandemia do COVID-19: Revisão de literatura. **Revista Nursing**, v. 25, n. 294, p. 8882-8887, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/nursing.2022v25i294p8882-8893>. Acesso em: 24 out. 2024.

SCHULTZ, C. C. et al. A resiliência e a redução do estresse ocupacional na Enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, e.3635, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5866.3635>. Acesso em: 15 set. 2024.

SILVA, S. M. et al. Resilience factors in nursing workers in the hospital context. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 54, p. e03550, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018041003550>. Acesso em: 24 out. 2024.

SOARES, C. B. et al. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 48, n. 2, p. 335-345, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0080-6234201400002000020>. Acesso em: 02 set. 2024.

SOUSA, L. R. M. et al. Resiliência, depressão e autoeficácia entre profissionais de enfermagem brasileiros na pandemia de COVID-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, n. 10, p. 2941-2950, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320232810.09852023>. Acesso em: 24 out. 2024.

SOUSA, V. F. S.; ARAUJO, T. C. C. F. Estresse Ocupacional e Resiliência entre profissionais de saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, n. 3, p. 900-915, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-370300452014>. Acesso em: 24 out. 2024.

STODOLSKA, A. et al. Prevalence of burnout among healthcare professionals during the COVID-19 pandemic and associated factors – a scoping review. **International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health**, v. 36, n. 1, p. 21-58, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.13075/ijomeh.1896.02007>. Acesso em: 10 out. 2024.

SWAVELY, D. et al. The Impact of Traumatic Stress, Resilience, and Threats to Core Values on Nurses During a Pandemic. **The Journal of Nursing Administration**, v. 52, n. 10, p. 525-535, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1097/NNA.0000000000001194>. Acesso em: 15 set. 2024.

TEIXEIRA, C. F. S. et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciencia & saude coletiva**, v. 25, p. 3465-3474, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>. Acesso em: 19 out. 2024.

VIEIRA, L. S. et al. Burnout e resiliência em profissionais de enfermagem de terapia intensiva frente à COVID-19: estudo multicêntrico. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, e-3537, 2022. Disponível em: <https://www.sciclo.br/j/rlae/a/K9wJD9NSCKr9bbQm9cBj8vF/?format=pdf>. Acesso em: 26 out. 2024.

WANG, J. et al. Management of a holistic supply chain network for proactive resilience: Theory and case study. **Computers & Industrial Engineering**, v. 125, p. 668-677, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.cie.2017.12.021>. Acesso em: 12 set. 2024.

WU, C. F. et al. Relationship between nurses' resilience and depression, anxiety and stress during the 2021 COVID-19 outbreak in Taiwan. **Nursing Open**, v. 10, n. 3, p. 1592-1600, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/nop2.1411>. Acesso em: 12 set. 2024.

XU, Y. et al. Effects of coping on nurses' mental health during the COVID-19 pandemic: Mediating role of social support and psychological resilience. **Nursing Open**, v. 10, n. 7, p. 4619-4629, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/nop2.1709>. Acesso em: 12 set. 2024.

ZHANG, Y. et al. Sociodemographic and Psychological Predictors of Resilience Among Frontline Nurses Fighting the COVID-19 Pandemic. **Disaster Medicine and Public Health Preparedness**, v. 17, e171, p 1-6, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/dmp.2022.138>. Acesso em: 10 set. 2024.