



Resiliência dos enfermeiros no cuidado ao doente crítico COVID-19
Nurses' resilience in caring for critically ill patients with COVID-19
La resiliencia de las enfermeras en el cuidado de pacientes críticos com COVID-19

Rute Alves¹, <https://orcid.org/0009-0003-0697-6282>

Cristina Antunes², <https://orcid.org/0000-0003-1678-0892>

Cristina Imaginário^{2,3}, <https://orcid.org/0000-0002-7471-4503>

¹Centro Hospitalar de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal

²Departamento de Enfermagem, Escola Superior de Saúde/ Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal

³CINTESIS@RISE, Nursing School of Porto (ESEP), Porto, Portugal

Autor de Correspondência:

Rute Alves, E-mail: rutealves54@gmail.com

Resumo

Contexto: Os enfermeiros, enquanto profissionais na prestação de cuidados ao doente COVID-19, estiveram expostos a um maior risco de vulnerabilidade.

Objetivo: Identificar o nível e fatores de resiliência e analisar a sua relação com as características sócio-demográficas e profissionais dos enfermeiros.

Metodologia: Realizou-se um estudo de natureza quantitativa, descritiva, correlacional e transversal. A amostra foi constituída por 60 enfermeiros do serviço de urgência geral de adultos de um hospital da região norte do país. Para a recolha de dados recorreu-se a um questionário para a caracterização sociodemográfico e profissional e a Escala de Resiliência para Adultos. Foi realizado o tratamento estatístico descritivo e inferencial, com recurso ao programa IBM-SPSS® versão 25.0.

Resultados: Os enfermeiros mostraram um nível de resiliência acima do valor médio da escala e foram os enfermeiros do sexo feminino que apresentam maiores níveis de resiliência. Referiram o fator Recursos Sociais como o mais frequente e o fator Estilo Estruturado como o menos frequente.

Conclusões: Os resultados mostram um nível de resiliência dos enfermeiros acima do valor médio da escala. Altos níveis de resiliência podem ser explicados pela Teoria de Reintegração Resiliente na qual o confronto com a adversidade resulta em novos patamares de crescimento e adaptação pessoal.

Palavras-Chave: Cuidados Críticos; COVID-19; Enfermeiros; Resiliência.

Abstract

Background: Nurses, as professionals providing care to COVID-19 patients, were exposed to a greater risk of vulnerability.

Aim: Identify the level and factors of resilience and analyze its relationship with the sociodemographic and professional characteristics of nurses.



Methods: A quantitative, descriptive, correlational and cross-sectional study was carried out. The sample consisted of 60 nurses from the general adult emergency service of a hospital in the north of the country. The instruments of data collecting were a questionnaire with questions about sociodemographic and professional characterization and the Resilience Scale for Adults. Descriptive and inferential statistical treatment was carried out using the IBM-SPSS® version 25.0 program.

Results: Nurses showed a level of resilience above the mean value of the scale, and it was female nurses who presented higher levels of resilience. They mentioned the Social Resources factor as the most frequent and the Structured Style factor as the least frequent.

Conclusions: The results show a level of nurses' resilience above the average value of the scale. High levels of resilience can be explained by the Resilient Reintegration Theory in which confrontation with adversity results in new levels of personal growth and adaptation.

Keywords: Critical Care; COVID-19; Nurses; Resilience

Resumen

Contexto: Los enfermeros, como profesionales que brindan atención a pacientes con COVID-19, estuvieron expuestos a un mayor riesgo de vulnerabilidad.

Objetivo: Identificar el nivel y los factores de resiliencia y analizar su relación con las características sociodemográficas y profesionales de los enfermeros.

Metodología: Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, correlacional y transversal. La muestra estuvo compuesta por 60 enfermeros del servicio general de emergencia del adulto de un hospital del norte del país, para la recolección de datos se utilizó un cuestionario de caracterización sociodemográfica y profesional y la Escala de Resiliencia para Adultos. El tratamiento estadístico descriptivo e inferencial se realizó mediante el programa IBM-SPSS® versión 25.0.

Resultados: Los enfermeros mostraron un nivel de resiliencia superior al valor medio de la escala y fueron las enfermeras las que presentaron mayores niveles de resiliencia. Mencionaron el factor Recursos Sociales como el más frecuente y el factor Estilo Estructurado como el menos frecuente.

Conclusiones: Los resultados muestran un nivel de resiliencia de los enfermeros superior al valor medio de la escala. Los altos niveles de resiliencia pueden explicarse mediante la Teoría de la Reintegración Resiliente, según la cual la confrontación con la adversidad da como resultado nuevos niveles de crecimiento personal y adaptación.

Palabras Clave: Cuidado crítico; Covid-19; Enfermeras; Resiliência.

Recebido: 31/03/2024. Aceite: 09/05/2024.

Introdução

A pandemia COVID-19 provocou alterações profundas no estilo de vida com grande impacto na saúde mental e no bem-estar geral das populações e dos profissionais de saúde. Os enfermeiros estiveram expostos a diversos riscos que provocaram sofrimento psicológico e o surgir ou agravamento de doenças como: ansiedade, depressão e



perturbação de stresse pós-traumático e *burnout*. As restrições impostas por esta pandemia tornaram-se cada vez mais exigentes. Assim ansiedade, stresse, irritabilidade e agressividade levaram à deterioração da saúde mental dos enfermeiros. Na realidade, a evolução negativa da pandemia levou a Organização Mundial de Saúde (OMS) a reconhecer impactos na saúde psicológica dos indivíduos, dando destaque aos profissionais de saúde. No entanto é de salientar que muitos destes problemas existem há vários anos, e foram intensificados nesta fase pandémica (World Health Organization [WHO], 2020).

Em Portugal, a situação pandémica também teve impactos negativos na saúde mental dos enfermeiros, comprovado por um estudo realizado nos primeiros seis meses de pandemia em que 27% dos participantes reportaram sintomas moderados a graves de ansiedade, 26,4% de depressão e 26% de perturbação de *stress* pós-traumático. Os preditores de sofrimento psicológico foram: a dificuldade na conciliação entre trabalho e família, a manutenção dos estilos de vida e atividades de lazer, a preocupação com a manutenção/preservação do rendimento de trabalho, a perceção de falta de apoio social/familiar, a preocupação relativamente ao futuro e menor resiliência (Conselho Nacional de Saúde [CNS], 2022).

A resiliência humana é uma resposta intuitiva à adversidade e/ou ao stresse agudo sentido pelas pessoas ao longo da vida. Esta contribuiu para prevenir, minimizar ou ultrapassar situações adversas, não significando, no entanto, que o indivíduo saia completamente ileso de todas as situações adversas encontradas. É necessário que o indivíduo possua um conjunto de características que lhe permite construir a capacidade de resiliência. Desta forma, são enumerados um conjunto de características de resiliência: autoeficácia, autoconfiança, otimismo apreendido, empatia, competência social, proatividade, flexibilidade mental, soluções para os problemas e tenacidade (Moller & Froeblich, 2021). No contexto de trabalho, a resiliência consiste na existência ou construção de recursos adaptativos, por forma a preservar a relação saudável entre os indivíduos e o seu ambiente laboral. A resiliência na área da saúde surge como um fator capaz de mitigar os efeitos negativos do stresse e capaz de prevenir as consequências psicossociais negativas nos enfermeiros (Badu et al., 2020).

Os enfermeiros inseridos no processo de cuidar deparam-se com várias barreiras na assistência ao doente crítico devido a dificuldades inerentes à prestação de cuidados e ao stresse originado antes, durante e após os procedimentos. A exposição a numerosos fatores de stresse e situações de risco influencia a prestação de cuidados aos doentes e traz repercussões para a sua saúde mental. Desta forma, torna-se pertinente o recurso a fatores de proteção, formas de potenciar a resiliência e desenvolvimento de emoções positivas que contribuam para o fortalecimento da dimensão psicológica com a finalidade de prevenir posteriores complicações psicossociais. Também o recurso a ações adaptativas com apoio instrumental, emocional e resiliência são importantes para preservar a saúde mental dos enfermeiros (Balay-odao et al., 2021, Lorente et al., 2021). Este estudo teve como objetivo identificar o nível e fatores de resiliência e analisar a sua relação com as características sociodemográficas e profissionais dos enfermeiros.

Metodologia

Em termos metodológicos, privilegiou-se uma abordagem quantitativa através de um estudo exploratório, descritivo, correlacional e transversal, realizado no período de



setembro de 2021 a fevereiro de 2022, num serviço de urgência de um hospital do norte do país. A população alvo foi constituída por 66 enfermeiros que trabalham em regime de turnos.

A amostra não probabilística e de conveniência foi constituída por 60 enfermeiros tendo sido incluídos todos os enfermeiros a exercer funções como enfermeiros no serviço de urgência geral de adultos. Foram excluídos seis enfermeiros por se encontrarem ausentes do serviço por atestado ou qualquer outra razão contemplada pela lei e por não preencherem o questionário na sua totalidade.

Solicitamos a autorização da aplicabilidade das escalas aos autores que fizeram a tradução linguística e cultural das mesmas. Também solicitamos a autorização ao enfermeiro-chefe, ao diretor clínico do serviço, ao Concelho de Administração e à Comissão de Ética da Instituição onde decorreu o trabalho de investigação – Autorização da Comissão de Ética nº 3756. Foi entregue a cada participante, juntamente com o questionário, um consentimento informado no qual constava o contacto do investigador. Garantimos o anonimato dos participantes e dos dados e o consentimento informado foi colocado em envelope distinto do questionário por forma a garantir a confidencialidade.

Para a caracterização dos participantes e para obter informação relevante de fatores pessoais e profissionais que pudessem ser relacionados com fatores de resiliência recorreu-se a um questionário de respostas abertas e fechadas, com dez perguntas sob a forma de questões dicotómicas e de escolha múltipla. A primeira parte do instrumento de recolha de dados teve como finalidade caracterizar a população sob o ponto de vista pessoal e profissional. Deste modo, os itens selecionados para esta caracterização são: sexo, idade (faixas etárias), situação conjugal, categoria profissional, tempo de exercício profissional (faixas etárias), tempo de exercício profissional no atual serviço (faixas etárias), trabalho por turnos, contrato seguro com a instituição, formação específica na área de pessoa em situação crítica e desempenho de funções de enfermagem noutras instituições.

Por forma a obter as características de resiliência foi utilizada a Escala de Resiliência para Adultos (ERA), traduzida e adaptada para a população portuguesa, por Pereira et al. (2016). Trata-se de um instrumento de autopreenchimento destinado a avaliar as características da resiliência de cada participante organizadas em seis fatores: Perceção do Self (avalia a confiança nas próprias capacidades e julgamentos, auto-eficácia e experiências realistas), Planeamento do Futuro (avalia a capacidade de planeamento antecipado), Competências Sociais (avalia a flexibilidade em interações sociais), Estilo Estruturado (avalia a capacidade de ter rotinas e organização do próprio tempo), Coesão Familiar (avalia se os fatores são partilhados ou discordantes na família e se os membros da família apreciam passar tempo juntos) e Recursos Sociais (avalia a disponibilidade de apoio social). Esta escala pode ser aplicada em adultos de populações comunitárias e clínicas, destinando-se a uma utilização corrente em investigação e na prática clínica. É uma escala composta por 33 itens, de resposta tipo Likert, com cotação de 1 a 7 e o resultado total varia entre 33 e 231 pontos. Pontuação mais elevada corresponde a maiores níveis de resiliência.

Os dados foram analisados com recurso ao programa IBM® -SPSS versão 25.0.

Para comprovar a normalidade da amostra foi realizado o teste *Kolmogorov-Smirnov*. Para a análise descritiva utilizou-se frequências absolutas, relativas e medidas de tendência central. A nível da estatística inferencial foram utilizados testes paramétricos:



t de *student* (t) e o teste One-way ANOVA. Uma vez que o teste ANOVA apenas nos informa da existência de uma diferença geral, não nos indicando quais os grupos que diferem, foram realizados, no caso de diferenças estatisticamente significativas testes Post Hoc que nos permitem identificar entre que grupos se evidenciam as diferenças. Para a realização deste procedimento, foi selecionado o teste de Bonferroni. Considerou-se um limite de significância de $p \leq 0,05$.

Resultados

A análise da amostra em estudo permitiu a sua caracterização sociodemográfica e profissional quanto à frequência, percentagem, média e desvio-padrão (Tabela 1). Verificámos que a maioria é do sexo feminino (66.7%), quanto ao grupo etário a maioria situa-se entre os 31 – 40 anos (61.7%) e são solteiros (40%). Relativamente à categoria profissional a maioria são enfermeiros que não possuem especialidade (66.7%), com tempo de exercício profissional total entre 11 – 20 anos (40%) e com tempo de exercício profissional no atual serviço até 5 anos (53.3%). Na sua maioria são enfermeiros que trabalham por turnos (88.3%), sentem o seu contrato de trabalho como seguro (66.7%), possuem formação especializada na área da pessoa em situação crítica (55%) e não desempenham funções noutras instituições (61.7%).

Tabela 1 - Caracterização da amostra (n = 60)

Variável	n	(%)	Médi a	Desvio -padrão
Sexo				
Feminino	40	66.7	1.33	0.475
Masculino	20	33.3		
Idade				
≤ 30 anos	9	15.0	2.08	0.619
31-40 anos	37	61.7		
> 41 anos	14	23.3		
Situação conjugal				
Solteiro	24	40.0	2.05	0.999
Conjuge/Companheiro (a)	12	20.0		
Conjuge/Companheiro (a) e filhos	22	36.7		
Família Alargada	1	1.7		
Divorciado	1	1,7		
Categoria Profissional				
Enfermeiro	40	66.7	1.33	0.475
Enfermeiro Especialista	20	33.3		
Tempo de serviço total (anos)				
≤ 5 anos	7	11.7	2.72	0.940
6-10 anos	16	26.7		
11-20 anos	24	40.7		
> 20 anos	13	21.7		
Tempo no atual serviço (anos)				



≤ 5 anos	32	53.3		
6-10 anos	8	13.3		
11-20 anos	12	20.0	1.93	1.133
> 20 anos	8	13.3		
Trabalho por turnos				
Sim	53	88.3		
Não	7	11.7	1.12	0.324
Contrato de trabalho seguro				
Sim	40	66.7		
Não	20	33.3	1.33	0.475
Formação especializada na área da PSC				
Sim	33	55.0		
Não	27	45.0	1.45	0.502
Prestação de serviços de enfermagem noutras Instituições e/ou Serviços				
Sim	23	38.3		
Não	37	61.7	1.62	0.490

Fonte: elaborada pelo autor

Analisando o índice médio de resiliência apresentado pelos participantes do serviço de urgência este é de 176.30 (DP = 25.56), como apresentado na tabela 2.

Tabela 2 - Medidas descritivas dos níveis de resiliência (n = 60)

ERA Total	n = 60
Média	176.30
Moda	144
Desvio-padrão	25.56
Mínimo	116
Máximo	225

Fonte: produção dos autores. Legenda: ERA = Escala de Resiliência para Adultos

Analisando as medidas descritivas de cada fator de resiliência (Tabela 3), verificamos que os fatores mais frequentes são o fator Recursos Sociais (M = 41.78, DP = 6,536), seguido do fator Coesão Familiar (M = 33.92, DP = 6.572), do fator Competências Sociais (M = 31.67, DP = 5.223) e do fator Percepção do *Self* (M = 29.98, DP = 6.044). Como fatores menos frequentes são apresentados o fator Planeamento do Futuro (M = 20.07, DP = 4.218) e o fator Estilo Estruturado (M = 18.88, DP = 3.632).

Tabela 3 - Medidas descritivas fatores de resiliência (n = 60)

Fatores de resiliência	Média	Moda	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
Percepção do <i>Self</i>	29.98	34	6.044	18	42
Planeamento do Futuro	20.07	22	4.218	7	28
Competências Sociais	31.67	25	5.223	21	42
Estilo Estruturado	18.88	19	3.632	11	28



Coesão Familiar	33.92	36	6.572	14	42
Recursos Sociais	41.78	44	6.536	22	49

Fonte: produção dos autores.

Através da análise da relação entre os níveis de resiliência e as variáveis sociodemográficas e profissionais verificamos diferenças estatisticamente significativas relativamente à variável sexo. O valor de resiliência do teste t para diferenças entre grupos é significativo ($t_{(58)} = 1.172$, $p = 0.014$), sendo que o sexo feminino apresenta maiores níveis de resiliência ($M = 179.03$, $DP = 22.09$) relativamente ao sexo masculino ($M = 170.85$, $DP = 31.29$). Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas relativamente às restantes variáveis sócio-demográficas e profissionais (Tabela 4). Nas restantes variáveis pessoais e profissionais analisadas não houve variação na resiliência, quer ao nível total quer ao nível dos diferentes fatores.

Tabela 4 - Comparação dos valores médios de resiliência em função das variáveis sociodemográficas e profissionais (n = 60).

Idade	F (58)		p	
≤ 30 anos; 31-40 anos; > 41 anos	0,019		0,981	
Situação conjugal	F (58)		p	
Solteiro; Conjugue/Companheiro (a); Conjugue/Companheiro (a) e filhos Família Alargada; Divorciado	0,132		0,969	
Tempo do Serviço total (anos)	F (58)		p	
≤ 5 anos; 6-10 anos; 11-20 anos; > 20 anos	0,297		0,827	
Tempo no atual serviço (anos)	F (58)		p	
≤ 5 anos; 6-10 anos; 11-20 anos; > 20 anos	1,098		0,358	
Sexo	M	DP	t (58)	p
Feminino	179,03	22,09	1,172	
Masculino	170,85	31,29	(58)	0,014*
Categoria Profissional	M	DP	t (58)	p
Enfermeiro	172,98	25,53	-1,438	
Enfermeiro Especialista	182,95	24,92	(58)	0,625
Trabalho por turnos	M	DP	t (58)	p
Sim	176,77	25,59	0,392	
Não	172,71	27,00	(58)	0,838
Contrato de trabalho seguro	M	DP	t (58)	p
Sim	178,35	24,58	0,877	
Não	172,20	27,59	(58)	0,112
Formação especializada na área PSC	M	DP	t (58)	p
Sim	176,73	26,12		
Não	175,78	25,34	0,142	0,897
Prestação de serviços noutras instituições e/ou serviços	M	DP	t (58)	p
Sim	171,00	29,19		
Não	179,59	22,81	-1,273	0,182



Fonte: produção dos autores. Legenda: M = Média; DP= Desvio padrão; t = *Student test*; p= valor de significância; F = Valor de *One way - ANOVA*; p= valor de significância; * $p < 0,05$

Discussão

A média da resiliência dos enfermeiros encontra-se acima do valor médio da escala, indicando um alto nível de resiliência dos enfermeiros deste estudo, este resultado corrobora os dados de outros estudos (Balay-odao et al., 2021; Manzanares et al., 2021; Silva et al., 2020). Alto nível de resiliência pode ser explicado pela Teoria de Reintegração Resiliente, na qual o confronto com a adversidade resulta num novo patamar de crescimento interno (Fleming & Ledogar, 2008). Dados contraditórios foram apresentados em estudos efetuados numa fase inicial da pandemia em que os enfermeiros eram caracterizados por possuírem baixa resiliência ou resiliência normal (Huang et al., 2020; Labrague & De Los Santos, 2020). A resiliência é uma característica individual e apresenta-se fundamental na resposta a adversidades e aos acontecimentos de vida stressantes presentes no quotidiano. As diversas fases pandémicas vivenciadas pelos enfermeiros originaram aumento do stresse e mudanças no ambiente de trabalho. No entanto, estes profissionais conseguiram utilizar estratégias de autogerenciamento e sistemas de apoio, tornando-se resilientes (Liu et al., 2020).

O fator de resiliência mais frequente nos enfermeiros deste estudo foi o fator Recursos Sociais, seguido do fator Coesão Familiar, do fator Competências Sociais e do fator Perceção do *Self*. Como fatores menos frequentes foram o fator Planeamento do Futuro e o fator Estilo Estruturado. Este facto revela a importância do apoio social e familiar para estes profissionais, evidenciando a família e amigos como o suporte fundamental para ultrapassar as suas adversidades. No entanto, os enfermeiros referem que o planeamento antecipado, organização do próprio tempo e orientação de objetivos/rotinas não são os principais recursos de apoio. Vários estudos defendem a utilização destes fatores de resiliência como medida estratégica para potenciar a resiliência (Labrague & De Los Santos, 2020; Silva et al., 2020; Teixeira et al., 2021; Yoruk & Guler, 2021).

Os resultados indicam que as enfermeiras apresentam valores médios de resiliência mais elevados que os enfermeiros. Alto valor de resiliência nas enfermeiras pode ser explicado pelo facto de estas desempenharem vários papéis sociais e assumirem muitas vezes diferentes funções a nível profissional (Adriano et al., 2017). Dado contraditório aos resultados deste estudo surge num estudo realizado por Huang et al. (2020), durante a pandemia em que ficou demonstrado que as enfermeiras apresentam menor nível de resiliência do que os enfermeiros. Segundo os autores, a razão pode estar nas diferenças entre os géneros e nas suas perspetivas e forma de encarar os problemas. As mulheres são mais sensíveis e a sua capacidade anti stresse é mais fraca tornando-se inadequada para a adaptabilidade psicológica e desenvolvimento da resiliência. Parece-nos que serão necessários mais estudos para clarificar as diferenças de género nos profissionais de enfermagem relativamente à resiliência.

A idade não demonstrou influência na resiliência dos enfermeiros e este resultado corrobora os achados de outros estudos (Lorente et al., 2021; Manzanares et al., 2021; Yoruk & Guler, 2020; Zakeri et al., 2021). No entanto, estudos revelam que quanto maior a idade maior será a resiliência. Este facto é justificado pelo aumento da capacidade de



lidar e resolver problemas emocionais decorrentes das experiências de vida que se acumulam com a idade (Balay-odao et al., 2021; Silva et al., 2020).

A resiliência não se demonstrou influenciada pela situação conjugal dos enfermeiros o que talvez possa ser justificado pela distribuição da amostra nesta variável. Autores que abordaram a relação entre as variáveis anteriormente descritas concluíram que são os participantes solteiros que apresentam menores níveis de resiliência, pois são os que possuem maior stresse, evidenciando a sua dificuldade no confronto com as adversidades (Teixeira et al., 2021). No estudo de Manzanares et al. (2021) verificam que os profissionais solteiros são os que apresentam baixa resiliência, e os profissionais com filhos apresentam maior níveis de resiliência resultado da sua habilidade para a adaptação às diversas mudanças familiares.

Relativamente às variáveis profissionais, designadamente o tempo de serviço, não se encontrou relação com a resiliência dos enfermeiros. Existem estudos que comprovam que quanto maior forem os anos de serviço, maior será a experiência de cada profissional e, conseqüentemente mais alta será a resiliência. De facto, maior experiência profissional proporciona maior capacidade de gestão e resolução de problemas emocionais (Balay-odao et al., 2021; Li et al., 2021; Silva et al., 2020).

No presente estudo não se verificou associação significativa na relação entre o trabalho por turnos e a resiliência. Num estudo sobre stresse e resiliência realizado entre Portugal e Alemanha (Teixeira et al., 2021), os autores verificaram que na Alemanha os enfermeiros que trabalham por turnos apresentam menor resiliência. Este facto deve-se à rotatividade de turnos, quebras no ritmo circadiano, trabalhar em diferentes equipas e com diferentes doentes. No estudo realizado por Manzanares et al. (2021) verificaram que os enfermeiros que trabalham em turno fixo apresentam maior resiliência resultado da adaptabilidade às diversas situações no decorrer do seu trabalho diário.

O facto de sentir ou não o seu contrato como seguro mostrou não estabelecer relação estatisticamente significativa com a resiliência. Na literatura existente é assegurado que os profissionais que possuem um contrato que lhes proporciona melhores condições de trabalho contribui para melhorar a resiliência dos mesmos (Vieira et al., 2022). Dado contraditório surge no estudo de Manzanares et al. (2021) ao afirmarem que os profissionais que possuem um contrato mais prolongado possuem menor possibilidade de desenvolverem a sua resiliência, pois são aqueles que mais apresentam stresse e conseqüentemente menos capacidade de confronto com as adversidades.

Conclusões

Após a análise dos dados foi possível concluir que os enfermeiros apresentam um valor médio global acima do valor médio da própria escala, demonstrando a sua constante evolução adaptativa, o que permite o aumento da sua resiliência. Os fatores de resiliência mais frequentes foram os Recursos Sociais e Coesão Familiar e os menos frequentes foram o Planeamento do Futuro e Estilo Estruturado. Assim sugere-se que os enfermeiros se apoiem em recursos mais centrados no afeto recorrendo aos familiares e amigos, em detrimento de recursos de planeamento e cumprimento de objetivos/rotinas. Concluímos que os enfermeiros do sexo feminino apresentam maiores níveis de resiliência comparativamente aos do sexo masculino. Não foi possível



confirmar que os valores de resiliência variem com as restantes variáveis sociodemográficas e profissionais estudadas.

Os resultados deste estudo reforçam que a resiliência e os seus fatores são utilizados frente às adversidades, o que resulta num novo patamar de crescimento interno, garantindo que a resiliência é um processo de construção e reconstrução individual.

O estudo foi realizado apenas em um hospital e no mesmo clima organizacional, pelo que é pertinente a exploração da prevalência de fatores de resiliência nos enfermeiros em diferentes contextos de trabalho e clima organizacionais para que seja possível uma melhor compreensão do impacto na saúde mental dos mesmos. A recolha de dados foi realizada num momento único, através de um questionário, o que poderá ter sido limitativo, sendo que a comparação dos resultados por repetição poderia ter alargado as conclusões entre as variáveis em estudo. A amostra de pequenas dimensões poderá ter impedido a generalização dos dados. A significância de alguns resultados permitiu formular hipóteses que poderão ser verificadas numa investigação posterior e de maior dimensão.

Implicações para a prática clínica

A avaliação dos níveis e fatores de resiliência nos enfermeiros demonstra a necessidade de fomentar estratégias promotoras de saúde mental nestes profissionais de saúde. É importante a implementação de estratégias específicas e programas de promoção de resiliência, individuais e organizacionais, visando o crescimento de recursos internos dos enfermeiros. Estratégias como o fortalecimento do trabalho em equipa, o apoio da instituição e dos supervisores, a criação de grupos de apoio, equipas de trabalho mais homogéneas em termos de conhecimentos e a melhoria de condições de segurança no trabalho tornam-se fundamentais para o desenvolvimento individual no exercício profissional.

Torna-se imperativo que este grupo profissional desenvolva a sua resiliência com vista à melhoria das práticas e cuidados, da segurança dos doentes e dos enfermeiros e dos ganhos em saúde.

Referências Bibliográficas

Adriano, M., Almeida, M., Ramalho, P., Costa, I., Nascimento, A., & Moares, J. (2017). Estresse ocupacional em profissionais da saúde que atuam no serviço de atendimento móvel de urgência de cajazeiras – PB. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 21(1), 29-34. <https://doi.org/10.22478/ufpb.2317-6032.2017v21n1.16924>

Almeida, F., Silva, I., Ferreira, E., Souza, V., & Silva, D. (2020). A força da resiliência: Um estudo de revisão sobre as contribuições do pensamento lateral no trabalho do enfermeiro. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem / Electronic Journal Nursing Collection*, 6, 1-6. <https://doi.org/10.25248/REAenf.e5730.2020>

Badu, E., O'Brien, A., Mitchell, R., Rubin, M., James, C., McNeil, K., Nguyen, K., & Giles, M. (2020). Workplace stress and resilience in the Australian nursing workforce: A comprehensive integrative review. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29(1), 5-34. <https://doi.org/10.1111/inm.12662>



Balay-odao, E., Alquwez, N., Inocien, E., & Alotaibi, R. (2021). Hospital preparedness, resilience, and psychological burden among clinical nurses in addressing the COVID-19 Crisis in Riyadh, Saudi Arabia. *Frontiers in Public Health*, 8, 573932, 1-11. [https://doi: 10.3389/fpubh.2020.573932](https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.573932)

Conselho Nacional de Saúde – CNS. (2022). *A Pandemia de Covid-19: Desafios para a saúde dos portugueses*. https://www.cns.min-saude.pt/wp-content/uploads/2022/07/Relatorio-CNS2022_web.pdf

Fleming, J., & Ledogar, R. (2008). Resilience and indigenous spirituality: A literature review. *Canadian Institutes of Health Research*, 6(2), 47-64. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2956755/>

Huang, L., Wang, Y., Liu, J., Ye, P., Cheng, B., Xu, H., Qu, H., & Ning, G. (2020). Factors associated with resilience among medical staff in radiology departments during the outbreak of 2019 Novel Coronavirus Disease (COVID-19): A cross-sectional study. *Medical Science Monitor*, 26, e925669, 1-10. <https://doi.org/10.12659/MSM.925669>

Labrague, L., & De Los Santos, J. (2020). COVID-19 anxiety among front-line nurses: Predictive role of organizational support, personal resilience and social support. *Journal of Nursing Management*, 28(7), 1653-61. [https://doi: 10.1111/jonm.13121](https://doi.org/10.1111/jonm.13121)

Li, X., Zhou, Y., & Xu, X. (2021). Factors associated with the psychological well-being among front-line nurses exposed to COVID-2019 in China: A predictive study. *Journal of Nursing Management*, 29, 240-9. <https://doi.org/10.1111/jonm.13146>

Liu, Q., Luo, D., Haase, J., Guo, Q., Wang, X., Liu, S., Xia, L., Liu, Z., Yang, J., & Yang, B. (2020). The experiences of health-care providers during the COVID-19 crisis in China: A qualitative study. *Lancet Global Health*, 8, 790–98. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30204-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30204-7)

Lorente, L., Vera, M., & Peiró, T. (2021). Nurses' stressors and psychological distress during the COVID-19 pandemic: The mediating role of coping and resilience. *Journal of Advanced Nursing*, 77, 1335-44. <https://doi.org/10.1111/jan.14695>

Manzanares, I., Guerra, S., Mencía, M., Acar-Denizli, N., Salmerón, J., & Estalella, G. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on stress, resilience and depression in Health professionals: A cross-sectional study. *International Nursing Review*, 1-10. <https://doi.org/10.1111/inr.12693>

Moller, B., & Froeblich, C. (2021). A capacidade da resiliência de enfermeiros nas instituições da área da saúde. *Caderno de Ciências Sociais Aplicadas*, 18(31), 9-23. <https://doi.org/10.22481/ccsa.v18i31.7597>

Pereira, M., Cardoso, M., Albuquerque, S., Janeiro, C., & Alves, S. (2016). Escala de Resiliência para Adultos (ERA). In A. P. Relvas & S. Major (Eds.), *Instrumentos de avaliação familiar: Vol. II – Vulnerabilidade, stress e adaptação*, 37-62. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra. https://digitalis.uc.pt/pt-pt/livro/escala_de_resili%C3%Aancia_para_adultos_era



Silva, S., Baptista, P., Silva, F., Almeida, M., & Soares, R. (2020). Fatores relacionados à resiliência em trabalhadores de enfermagem no contexto hospitalar. *Revista da Escola de Enfermagem da USP, Universidade de São Paulo*, 54, e03550, 1–7. <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2018041003550>

Teixeira, S., Gomes, D., & Queirós (2021). Stress e resiliência em enfermeiros: estudo comparativo Portugal/Alemanha na pandemia covid-19. *Suplemento Digital Revista ROL Enfermagem*, 44(11-12), 73–81. <https://e-rol.es/wp-content/uploads/2021/11/Stress-e-resiliencia-em-enfermeiros.pdf>

Vieira, L., Machado, W., Pai, D., Magnago, T., Azzolin, T., & Tavares, J. (2022). Burnout and resilience in intensive care nursing professionals in the face of COVID-19: A multicenter study. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 30, e3589, 1-13. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.5778.3589>

World Health Organization - WHO. (2020). *Coronavirus disease (COVID-19) outbreak: rights, roles and responsibilities of health workers, including key considerations for occupational safety and health: interim guidance, 19 March 2020*. World Health Organization. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/331510/WHO-2019-nCov-HCWadvice-2020.2-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Yörük, S., & Güler, D. (2021). The relationship between psychological resilience, burnout, stress, and sociodemographic factors with depression in nurses and midwives during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Turkey. *Perspect Psychiatr Care*, 57, 390–98. <https://doi.org/10.1111/ppc.12659>.

Zakeri, M., Rafsanjanipoor, S., Zakeri, M., & Dehghan, M. (2021). The relationship between frontline nurses' psychosocial status, satisfaction with life and resilience during the prevalence of COVID-19 disease. *Nursing Open*, 8, 1829–39. <https://doi.org/10.1002/nop2.832>