

SAÚDE EMOCIONAL DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE QUE ESTÃO NA LINHA DE FRENTE NO COMBATE À COVID-19

Caroline Nascimento de Souza¹, Laís Lopes Gonçalves¹, Larissa Zuqui Ribeiro¹, Larissa Chagas Suhett¹, Juliana Maria Bello Jastrow¹, Alessandra Aparecida de Saldes², Italla Maria Pinheiro Bezerra³.

¹ Discentes da Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória/ES – EMESCAM

² Discente da Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS

³ Docente da Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória/ES – EMESCAM. Vitória

RESUMO

Introdução: A COVID-19 é uma patologia que foi registrada inicialmente na China em dezembro de 2019, tendo como agente etiológico o Sars-Cov-2. O vírus se espalhou rapidamente causando um crescimento exponencial dos casos da COVID-19, e em pouco tempo a doença foi tratada como uma pandemia, sobrecarregando assim, os serviços de saúde, uma vez que as instituições não possuíam leitos, suprimentos materiais e profissionais suficientes para atuar no combate à doença. Diante desse cenário, muitos profissionais de saúde inseridos na assistência desenvolveram diversos sintomas psicológicos, entre eles, depressão, insônia e ansiedade. **Objetivo:** Descrever a saúde emocional dos profissionais de saúde que estão na linha de frente no combate à covid-19. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa realizada nas bases de dados da Biblioteca Nacional de Medicina – PUBMED, durante o mês de abril de 2020. Para a busca utilizou-se os descritores baseados no Decs, e assim montou a estratégia de busca: covid-19 AND mental health AND nurse. Os critérios de inclusão na primeira busca foram: Artigos completos disponíveis, idiomas inglês e português, ano de publicação entre 2016 a 2020. Foram excluídas, teses, mestrados, dissertações e revisões de literatura. **Resultados:** Foram encontrados 72 artigos abordando a temática, no entanto, após a aplicação dos critérios de inclusão, restaram 42 artigos, e depois da leitura exaustiva de títulos e resumos, foi selecionado em um total de 13 artigos, e posteriormente, realizando-a de forma completa, resultou um total de 09 artigos entre nacionais e internacionais. De acordo com os estudos analisados, a maioria dos profissionais de saúde inseridos na linha de frente no combate à COVID-19 tem apresentado sintomas como, ansiedade, estresse, insônia e depressão, alguns fatores têm contribuído para o desenvolvimento desses sintomas mentais, entre eles, o medo que o profissional tem de ser contaminado e transmitir o vírus para outras pessoas, um ambiente de trabalho hostil, a carga exaustiva de serviço, o isolamento social, frustração, tédio, além de falta de suprimentos e informações inadequadas sobre a doença. **Considerações finais:** Diante do cenário de pandemia que os serviços de saúde têm enfrentado, torna-se necessário que os gestores das instituições de saúde identifiquem os profissionais mais vulneráveis e desenvolvam estratégias de suporte a esses indivíduos no intuito de minimizar os impactos na saúde emocional e mental da equipe de saúde responsável pelo cuidado aos pacientes com COVID-19.

Palavras-chaves: Saúde Mental; Profissionais de Saúde; Pandemia; COVID-19.

INTRODUÇÃO

Em dezembro do ano de 2019 foi notificado o primeiro caso de uma doença de origem desconhecida no país da China que se espalhou rapidamente entre a população. O patógeno foi identificado como um novo RNA de betacoronavírus, atualmente denominado SARS-CoV-2, que significa coronavírus 2 da síndrome respiratória aguda grave, que possui uma similaridade ao SARS-CoV. (HUANG C., et al, 2020.; ZHU N., et al, 2020)

Recentemente, a Organização Mundial da Saúde (OMS) denominou essa patologia como Covid-19, que se tornou uma pandemia, devido ao crescimento rápido e de forma simultânea em vários continentes. Em abril de 2020, a pandemia já tinha um grande impacto e foi considerada a síndrome respiratória viral mais severa desde a pandemia de influenza H1N1, em 1918. (FERGUSON ET AL., 2020)

Nesse contexto, o número de internações hospitalares aumentou, e isso têm gerado preocupações sobre o colapso do sistema de saúde em todo o mundo, pois não há intervenções farmacológicas eficazes e seguras no combate ao coronavírus. (FERGUSON ET AL., 2020)

Na linha de frente dessa pandemia estão os profissionais de saúde de diversas categorias, sejam enfermeiros, médicos e demais gestores em saúde. A OMS nota que os profissionais da enfermagem estão apresentando altos níveis de ansiedade, além do risco de adoecer, provocando problemas de saúde mental e aumentando os casos da Síndrome de Burnout, além de gerar depressão e estresse associados. (BRASIL, 2020; WHO, 2020)

A OMS recomenda a proteção dos funcionários contra o estresse crônico e a má saúde mental, e que lhes sejam proporcionadas as capacidades necessárias para o desempenho de suas funções. Entretanto, ainda que utilizem os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), os trabalhadores da saúde estão vulneráveis em relação a contaminação do coronavírus e ao adoecimento mental. (BRASIL, 2020; WHO, 2020)

Entre os fatores identificados como causadores de maior sofrimento mental, o isolamento social, medo de ser infectado ou infectar outras pessoas, frustração, tédio, falta de suprimentos e informações inadequadas sobre a doença foram os principais (BROOKS ET AL., 2020). Alguns desses casos foram associados a um grande número de sintomas de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), transtornos de ansiedade e afetos negativos após o final do isolamento social (DESCLAUX ET AL., 2017; HAWRYLUCK ET AL., 2004; JEONG ET AL., 2016)

Os profissionais de saúde, além de apresentarem uma diversidade de emoções após o isolamento social, relataram sofrer maior estigmatização do que outros profissionais (HAWRYLUCK ET AL., 2004).

Devido à possibilidade desse cenário ser estendido a outros profissionais frente a pandemia de COVID-19, faz-se necessário o conhecimento e o desenvolvimento de intervenções eficientes a fim de minimizar o sofrimento psicológico das pessoas. Para contribuir este fato, o estudo tem como objetivo descrever a saúde emocional dos profissionais de saúde que estão na linha de frente no combate à covid-19 com base na literatura.

MÉTODO

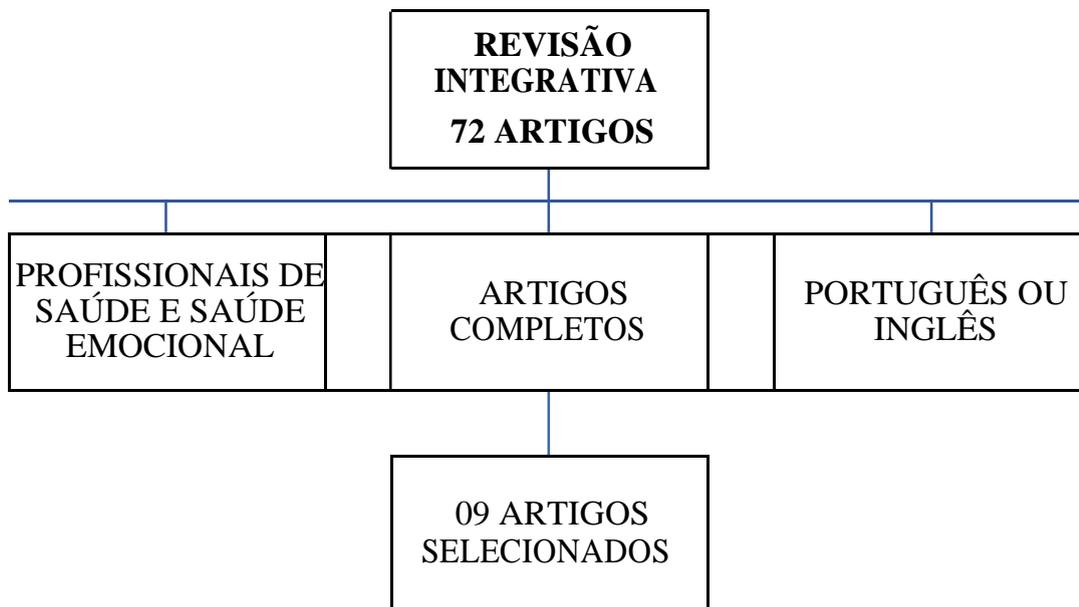
Trata-se de revisão integrativa desenvolvida a partir das seguintes etapas: estabelecimento da hipótese e objetivos da revisão; estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de artigos (seleção da amostra); definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados; análise dos resultados; discussão e apresentação dos resultados e a apresentação da revisão.

Para nortear a revisão, formulou-se o seguinte questionamento: Como está a saúde emocional dos profissionais que estão na linha de frente da assistência ao COVID-19? Para seleção dos artigos foi realizada uma busca na base de dados da Biblioteca Nacional de Medicina – PUBMED. Para a busca utilizou-se os descritores baseados no Decs, e assim montou a estratégia de busca: covid-19 and mental health and nurse.

Os critérios de inclusão definidos para a presente revisão foram: Artigos completos, disponíveis no idioma português ou inglês, publicados entre o período de 2016 a 2020. Deste modo, teses, mestrados, dissertações e revisões de literatura foram excluídos nesse estudo.

Foram encontrados 72 artigos abordando a temática, no entanto, após a aplicação dos critérios de inclusão, restaram 42 artigos, e depois da leitura exaustiva de títulos e resumos, foi selecionado em um total de 13 artigos, e posteriormente, realizando-a de forma completa, resultou um total de 09 artigos entre nacionais e internacionais.

Figura 1: Resultado da busca de artigos na base de dados.



Fonte: Elaborado pelas autoras.

RESULTADOS

A distribuição dos manuscritos é descrita em tabela, conforme ilustrado abaixo na tabela 1, a síntese dos resultados, abordando as evidências percebidas a partir dos artigos estudados.

Tabela 1: Síntese dos manuscritos em relação a saúde emocional dos profissionais inseridos na linha de frente da assistência à COVID-19.

(LAI et al., 2020)	<p>Pesquisas realizadas com profissionais de saúde neste período de pandemia mostram que porções consideráveis dos participantes apresentaram quadros de depressão, ansiedade, insônia e angústia, sendo eles mais intensos em enfermeiras, mulheres e profissionais de saúde que estão na linha de frente no combate a COVID-19.</p>
(CHEN et al., 2020)	<p>Diante ao crescente número de casos de infectados pela COVID-19 é perceptível a pressão física e psicológica que a equipe médica vem sofrendo. Por meio de estudos, conclui-se que a maior preocupação dos profissionais de saúde é de acabarem infectando seus familiares e não a si mesmo.</p> <p>É indubitável, que além disso, a falta de EPI's (equipamentos de proteção individual) aumenta o estresse no ambiente de trabalho, soma-se a isso as atitudes de pacientes que não seguem corretamente as orientações e confrontam os profissionais.</p> <p>Por fim, eles vêm se mostrando cada dia mais cansados devido as longas jornadas de trabalho sem um descanso digno, corroborando num cenário que afeta diretamente a saúde mental dos funcionários.</p>
(KANG et al., 2020)	<p>Por meio de estudos realizados, mais da metade da equipe médica apresentaram distúrbios de saúde mental abaixo do limite, porém este grupo corresponde aqueles que tiveram menor contato com pessoas suspeitas ou contaminadas pelo vírus.</p> <p>Torna-se perceptível que a probabilidade de contágio devido á exposição afetam a saúde mental o que consecutivamente interfere na saúde física.</p>

(TAN et al., 2020)

Observações mostraram que mais da metade dos entrevistados obtiveram uma pontuação para diagnóstico de transtorno do estresse pós-traumático (TEPT). Há também outros sintomas vigentes, como preocupações com a saúde física, raiva, idealizações paranoicas e alucinações auditivas.

Bem como, apresentaram ansiedade, depressão e estresse nos escores mais altos.

(HOU et al., 2020)

Com base na pesquisa, analisou-se que os profissionais de saúde mais jovens possuem um vínculo mais forte entre resiliência e a saúde mental, ao contrário dos profissionais de meia idade que necessitam menos de resiliência e precisam vincular-se a sentimentos de autorrealização, crescimento pessoal para melhor enfrentamento da situação.

(ZHU et al., 2020)

Questionários online realizados apontaram a depressão e ansiedade entre os sintomas de mais prevalências entre enfermeiros e médicos. Soma-se a isso que os profissionais que já tiveram algum quadro desses sintomas estão mais propensos a sofrerem novamente.

Diante da situação, aqueles que vem enfrentando de forma positiva a pandemia vem se mostrando mais resistentes a desenvolverem esses sintomas psicológicos.

(CAI et al., 2020)

Investigações expõe que efeitos psicológicos entre os profissionais de saúde são potencializados com base na experiência de tratamento de emergência em saúde pública e o tempo de serviço do profissional, onde funcionários mais novos e logo, menos experientes obtiveram pontuações significativamente mais elevadas. De outro modo, eles têm se mostrado menos resilientes que os mais experientes.

(YANG et al., 2020)

No enfrentamento à pandemia da COVID-19, os profissionais de saúde que estão na linha de frente têm sofrido muita pressão o que acarreta sofrimentos psicológicos. Em outros profissionais, há o esgotamento físico e mental, além dos problemas de moral frente a grandes decisões que vem tomando.

(LIU et al., 2020)

Dentre a pesquisa idealizada com equipes médicas, observou-se que aqueles profissionais que trataram pacientes confirmados de COVID-19 apresentaram maiores índices de ansiedade, devido o fator de risco em questão. Além disso, outros efeitos psicológicos como depressão e insônia também estão associados.

DISCUSSÃO

Diversos estudos foram desenvolvidos desde o início da pandemia, e várias pesquisas apontam que a maioria dos profissionais de saúde inseridos na linha de frente no combate à COVID-19 tem apresentado alguns sintomas causados pela rotina estressante de trabalho, entre eles, a ansiedade, estresse, insônia e depressão. Percebeu-se uma relação desses sintomas com alguns fatores, como, o medo que o profissional tem de ser contaminado e transmitir o vírus para outras pessoas, um ambiente de trabalho hostil, a carga exaustiva de serviço, o isolamento social, frustração, tédio, além de falta de suprimentos e informações inadequadas sobre a doença.

O mundo globalizado e dinâmico não está totalmente preparado para uma pandemia nessas proporções. A necessidade de isolamento social e afastamento de atividades coletivas, como escolas e trabalho, é um desafio que exige cautela e prudência nas tomadas de decisões de uma sociedade que está acostumada com a aceleração moderna e rapidez de transmissão de informações. Isto, especificamente para profissionais de equipes de saúde, configura uma dificuldade a mais já que a evolução rápida da doença, quando agravada, exige experiência do profissional em perceber, identificar e tratar a tempo essas complicações. (WERNECK, 2020)

Os profissionais de saúde são descritos como a categoria populacional mais afetada psicologicamente tendo em vista que experimentam fatores estressores adicionais, tais como: aumento da carga de trabalho, medo de se contaminar e contaminar os familiares, desinformação e indignação do governo e dos sistemas de saúde. (BARBOSA, 2020)

Nos serviços de saúde, o enfermeiro junto com a equipe técnica, está presente a maior parte do tempo próximo dos pacientes, com isso, a equipe de enfermagem é quem está diretamente envolvida na assistência aos clientes. Por isso, não seria diferente no combate à COVID-19, onde diversos profissionais estão inseridos na linha de frente nos cuidados aos indivíduos com a doença. O enfrentamento de situações críticas como as geradas pela COVID-19, podem levar os profissionais de enfermagem e de outras classes ao confronto com seus recursos psicológicos, provocando assim, um maior nível de estresse. (BARBOSA, 2020)

A literatura mostra que a prevalência de sintomas relacionados ao estresse e efeitos psicológicos encontrados nas equipes de saúde que prestam cuidados aos pacientes acometidos pela COVID-19, está associado a atividades intrínsecas ao cuidado, a tensão do momento ímpar que os profissionais estão vivendo, além do esgotamento físico decorrente da pressão demandada pelo trabalho. A doença possui um efeito emocional devastador na expectativa de que os profissionais podem se autocontaminar e transmitir para seus familiares e contactantes, visto que a população mais vulnerável são os idosos, pessoas imunodeprimidas e portadores de comorbidades que podem agravar devido as complicações da COVID-19 através da SARS-CoV. (LIU et al., 2020, LAI et al., 2020)

O enfrentamento de epidemias e pandemias por profissionais de saúde é um desafio a ser enfrentado, pois eles estão mais suscetíveis a infecção. Muitos precisaram se afastar de suas funções e outros em consequência da doença foram a óbito. Dessa maneira, o impacto emocional nos membros da equipe de linha de frente na assistência aos doentes pelo COVID-19 decorrentes das mortes de pacientes e colegas, gerou exaustão física e mental evidenciados por sintomas de ansiedade e tensão, além do temor da possibilidade de morte para os que

apresentavam comorbidades, que repercutem diretamente nos aspectos psicológicos dessas pessoas. (YANG et al., 2020)

A medida em que o número de pessoas infectadas aumenta, a demanda por equipamentos de proteção individual cresce na mesma proporção, com isso se causa a escassez destes materiais. A disponibilidade de quantidades suficientes dos EPI's preconizados por protocolos de biossegurança configuram a proteção necessária para a prestação direta do cuidado, principalmente para a enfermagem, sendo esta a equipe que está em contato constante com o paciente. A falta desses equipamentos juntamente com a carência de estudos que demonstrem evidência de imunidade pelo vírus após contágio, impacta diretamente os membros da equipe de saúde contribuindo para o aparecimento de sintomas relacionados com a ansiedade. (MEDEIROS EA,2020)

Com isso, o papel mediador da resiliência na associação entre apoio social e saúde mental poderia ser replicado aos profissionais de saúde durante a epidemia, ou seja, é de grande valia que se encontre abordagens eficazes para lidar com o estresse, impactando assim, em resultados positivos para a saúde emocional. O apoio social pode proteger o indivíduo de condições estressantes e de um estado de saúde precário. Contudo, os profissionais de saúde mais jovens mostraram uma associação mais forte entre resiliência e saúde mental em comparação com os de meia-idade, que necessitam de outros fatores como o sentimento de autorrealização e crescimento pessoal para enfrentamento de situações estressoras, desse modo, torna-se necessário dar prioridade à intervenção para aumentar a resiliência desses profissionais de meia-idade. (HOU, 2020).

Os gestores dos serviços de saúde desempenham um papel crucial na redução do estresse mental de seus funcionários. Algumas atitudes como, transmitir apreciação, levar o estresse psicológico a sério e criar uma atmosfera de confiança na qual os trabalhadores possam ser tratados, promover o autocuidado, o intercâmbio colegial e as ofertas de apoio profissional poder ser modelos utilizados pelo gestor no intuito de minimizar os impactos na saúde mental da equipe de saúde. (PETZOLD, 2020)

Além disso, os superiores hierárquicos dos serviços de saúde podem criar um sistema de apoio para seus funcionários, como horários de trabalho mais curtos, períodos de descanso regulares, turnos rotativos para o pessoal que trabalha em empregos de alto risco, apoio de colegas e supervisores, comunicação clara das diretrizes e medidas de precaução, a confiança nas medidas de controlo das infecções, facilitar a resposta adaptativa ao estresse, reduzido exponencialmente os sintomas psiquiátricos profissionais inseridos na assistência. (HO, 2020)

Sendo assim, é necessário que se promova a geração de conhecimento científico e evidências para o tratamento aos doentes, além da segurança laboral da equipe. O aparelhamento dos hospitais com EPI's e leitos suficientes, tempo de trabalho adequado para o descanso físico dos profissionais, bem como o reconhecimento precoce dos sintomas depressivos de humor dos colaboradores, assim como o seu tratamento, representam o ideal para saúde mental dessas pessoas que escolheram estar na linha de frente para a assistência em saúde na pandemia de COVID-19 e seu enfrentamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do atual contexto de saúde em decorrência da pandemia do novo coronavírus, sabe-se que o sistema de saúde, o poder público e a sociedade não estavam preparados para lidar com todas as mudanças provocadas pela covid-19.

Mesmo lidando com uma situação inesperada e inédita para muitos profissionais, os mesmos obtiveram um protagonismo fundamental nesse processo, entretanto, os índices de problemas relacionado a saúde emocional e psicológica da equipe de saúde atuante frente a pandemia cresceu muito.

Assim sendo, mesmo com todos os desafios e dificuldades, o poder público juntamente com os gestores dos serviços de saúde devem planejar dia após dia, meios de promover a resolução de fatores dificultadores no processo de promoção do bem estar desses profissionais.

Sendo assim, torna-se imprescindível a implementação de políticas públicas que promovam a valorização dos profissionais, seja através de remuneração digna, melhores condições de trabalho. Assim como, o reconhecimento das categorias também é essencial para que a saúde mental desses profissionais seja garantida não só pelos gestores do serviço de saúde, mas também pelo estado.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Diogo Jacintho et al. Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da COVID-19. **Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 31, n. Suppl 1, p. 31-47, 2020.

BROOKS, S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, v.395, n. 10227, p. 912-920, 2020.

CAI, Wenpeng et al. A cross-sectional study on mental health among health care workers during the outbreak of Corona Virus Disease 2019. **Asian Journal of Psychiatry**, vol. 51, n° 102111, 24 abr. 2020.

CHEN, Qiongni et al. Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. **Lancet Psychiatry**, vol. 7, n° 4, 27 abr. 2020.

DESCLAUX, A. et al. Accepted monitoring or endured quarantine? Ebola contacts' perceptions in Senegal. **Social Science and Medicine**, v. 178, p. 38-45, 2017.

FERGUSON, Neil et al. "Relatório 9: Impacto das intervenções não farmacêuticas (NPIs) para reduzir a mortalidade por COVID19 e a demanda de assistência médica", 2020.

HAWRYLUCK, Laura et al. Controle de SARS e efeitos psicológicos da quarentena, Toronto, Canadá. **Doenças Infecciosas Emergentes**, v. 10, n. 7, p. 1206, 2004.

HO, Cyrus S; CHEE, Cornelia Y; HO, Roger C. Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Beyond Paranoia and Panic. **Annals of the Academy of Medicine Singapore**, vol. 49, n° 3, 16 mar. 2020. Disponível em: <<http://www.annals.edu.sg/pdf/49VolNo3Mar2020/V49N3p155.pdf>>. Acesso em: 20 de jun. 2020

HOU, Tianya et al. Social support and mental health among health care workers during Coronavirus Disease 2019 outbreak: a moderated mediation model. **PLoS ONE**, vol. 15, n° 5, 29 mai. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233831>>. Acesso em: 11 jun. 2020

HOU, Tianya et al. Social support and mental health among health care workers during Coronavirus Disease 2019 outbreak: a moderated mediation model. **PLoS ONE**, vol. 15, n° 5, 29 mai. 2020.

HUANG C., et al. Características clínicas de pacientes infectados com o novo coronavírus de 2019 em Wuhan, China. **Lancet**, v. 395 p. 497 – 506, 2020.

JEONG, Hyunsuk et al. Estado de saúde mental de pessoas isoladas devido à Síndrome Respiratória no Oriente Médio. **Epidemiologia e saúde**, v. 38, 2016.

KANG, Lijun et al. Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 novel coronavirus disease outbreak: A cross-sectional study. **Brain, Behavior and Immunity**, vol. 87, p. 11-17, 30 mar. 2020.

LAI, Jianbo et al. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. **JAMA Netw Open**, vol. 3, n° 3, 23 mar. 2020.

LIU, Chen Yun et al. The prevalence and influencing factors in anxiety in medical workers fighting COVID-19 in China: a cross-sectional survey. **Epidemiology and Infection**, vol. 148, n° 98, p. 1-7, 20 mai. 2020.

LU, R. et al. Caracterização genômica e epidemiologia do novo coronavírus de 2019: implicações para a origem do vírus e a ligação ao receptor. **Lancet**, v. 395, p. 565-574, 2020.

MEDEIROS, Eduardo Alexandrino Servolo. A luta dos profissionais de saúde sem enfrentamento da COVID-19. **Acta paul. enferm.**, São Paulo, v. 33, 11 mai. 2020.

Ministério da Saúde (BR). **COVID19 - Painel Coronavírus Brasil** [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020. Disponível em: <https://covid.saude.gov.br/>>. Acesso em: 12 de jun. 2020.

PETZOLD, Moritz B; PLAG, Jens; STROHLE, Andreas. Umgang mit psychischer Belastung bei Gesundheitsfachkräften im Rahmen der Covid-19-Pandemie. **Nervenarzt**, vol. 91, 27 mar. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1007/s00115-020-00905-0>>. Acesso em: 11 jun. 2020.

TAN, Wanqiu et al. Is returning to work during the COVID-19 pandemic stressful? A study immediate mental health status and psychoneuroimmunity prevention measures of Chinese workforce. **Brain, Behavior and Immunity**, vol. 87, p. 84-92, 23 abr. 2020.

United Nations (UN). **COVID-19 highlights nurses' vulnerability as backbone to health services worldwide**. 2020. Disponível em: <https://news.un.org/en/story/2020/04/1061232>. Acesso em: 15 de jun. de 2020.

Werneck, Guilherme Loureiro e Carvalho, Marília Sá. A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. **Cadernos de Saúde Pública [online]**. v. 36, n. 5, 8 mai. 2020.

ZHU N., et al. Um novo coronavírus de pacientes com pneumonia na China, 2019. **N Engl J Med**, v. 382, p. 727-733, 2020.

ZHU, Juhong et al. Prevalence and Influencing Factors of Anxiety and Depression Symptoms in the First-Line Medical Staff Fighting Against COVID-19 in Gansu. **Frontiers in Psychiatry**, vol. 11, n° 386, 29 abr. 2020.

YANG, Lei; YIN, Juan; WANG, Duolao; RAHMAN, Atif; LI, Xiaomei. Urgent need to develop evidence-based self-help interventions for mental health of healthcare workers in COVID-19 pandemic. **Psychological Medicine**, 28 abr. 2020.