

## Trabalho apresentado no 24º CBCENF

**Título:** PRÁTICAS DE AUTOCUIDADO DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM FRENTE À PANDEMIA DA COVID-19

**Relatoria:** Alanna Elcher Elias Pereira  
Aline de Oliveira de Freitas  
Maria Gidellyana Maia de Moura

**Autores:** Lídia Rocha de Oliveira  
Francisca Manuele Oliveira Silva  
Carolina Maria de Lima Carvalho

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Inovação das práticas de cuidado

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** A prática de isolamento social se estabeleceu em todos os países, em decorrência da pandemia de COVID-19. Toda população e principalmente os profissionais de saúde que estão na linha frente dessa pandemia devem se conscientizar com a necessidade de incorporar hábitos pensando em preservar a saúde de maneira geral, em virtude da incerteza da situação que traz impactos psicológicos em toda sociedade. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão integrativa sobre as práticas de autocuidado que estão sendo desenvolvidas pelos profissionais de enfermagem diante da pandemia da COVID-19. **MÉTODO:** revisão integrativa da literatura, utilizando a metodologia PRISMA. Utilizaram-se como descritores, infecção por coronavírus; enfermagem e autocuidado, por meio da questão de busca: "Quais são as práticas de autocuidado dos profissionais de enfermagem frente à pandemia COVID-19? A busca ocorreu em quatro bases de dados: Scopus; PubMed/MEDLINE; SciELO; LILACS . **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** a busca da revisão integrativa resultou no total em 144 artigos. Após a aplicação de critérios foram selecionados 14 estudos para leitura na íntegra e destes, cinco foram incluídos na revisão. Os artigos foram alocados em duas categorias 1.Práticas de autocuidado; 2. Saúde mental prejudicada. O resultado alcançado pela pesquisa integrativa apontou que entre as práticas de autocuidado realizada entre os enfermeiros estão a atividade física, alimentação saudável, relaxamento, escutar músicas, yoga, ter um bom sono, ler livros sobre saúde mental, evitar excesso de informações sobre a pandemia e entre outros. **CONCLUSÃO:** As práticas de autocuidado são estratégias que promovem e preserva a saúde da equipe de enfermagem. Dessa forma, vale destacar a necessidade do desenvolvimento de estratégias de promoção e valorização da profissão e de incentivo à realização de práticas de autocuidado, a fim de melhorar a saúde física e mental desta população.