REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

SAÚDE MENTAL DOS ENFERMEIROS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

MENTAL HEALTH OF NURSES IN PRIMARY CARE

SALUD MENTAL DE LAS ENFERMERAS EN ATENCIÓN PRIMARIA

Reinaldo Melo Abreu[1]

e666508
https://doi.org/10.47820/recima21.v6i6.6508

PUBLICADO: 6/2025

RESUMO

Este estudo teve como objetivo identificar os principais fatores que afetam a saúde mental dos enfermeiros na Atenção Primária à Saúde (APS) e propor estratégias para a promoção de seu bem- estar. A pesquisa foi conduzida por meio de uma Revisão Integrativa da Literatura, utilizando bases como PubMed/Medline, SciELO, LILACS e BDENF, com estudos publicados entre 2015 e 2025. Os descritores utilizados incluíram "Saúde Mental", "Enfermeiros", "Atenção Primária à Saúde" e "Estresse Ocupacional". A análise de 23 artigos científicos permitiu a categorização temática em sete eixos centrais: sofrimento psíquico; síndrome de *burnout* e exaustão emocional; pressão por metas e modelo de gestão; impactos da pandemia de Covid-19; condições de trabalho; estratégias de enfrentamento e apoio institucional; e práticas de cuidado em saúde mental na APS. Os resultados revelam um cenário crítico, marcado pela ausência de suporte psicoemocional adequado, elevada carga de trabalho e fragilidade das políticas institucionais de cuidado. Conclui-se que é urgente a implementação de estratégias estruturadas de promoção da saúde mental e suporte psicossocial aos enfermeiros da APS, a fim de garantir condições dignas de trabalho e qualidade na assistência prestada à população.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental. Enfermeiros. Atenção Primária à Saúde. Estresse ocupacional.

ABSTRACT

This study aimed to identify the main factors that affect the mental health of nurses in Primary Health Care (PHC) and propose strategies to promote their well-being. The research was conducted through an Integrative Literature Review, using databases such as PubMed/Medline, SciELO, LILACS and BDENF, with studies published between 2015 and 2025. The descriptors used included "Mental Health", "Nurses", "Primary Health Care" and "Occupational Stress". The analysis of 23 scientific articles allowed thematic categorization into seven central axes: psychological distress; burnout syndrome and emotional exhaustion; pressure for goals and management model; impacts of the Covid-19 pandemic; working conditions; coping strategies and institutional support; and mental health care practices in PHC. The results reveal a critical scenario, marked by the lack of adequate psycho-emotional support, high workload and fragility of institutional care policies. It is concluded that it is urgent to implement structured strategies to promote mental health and provide psychosocial support to PHC nurses, in order to guarantee decent working conditions and quality care to the population.

KEYWORDS: *Mental health. Nurses. Primary health care. Occupational stress.*

[1] Centro Universitário Nilton Lins.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

RESUMEN
Este estudio tiene como objetivo identificar los principales factores que afectan la salud mental de las enfermeras de Atención Primaria de Salud (APS) y proponer estrategias para promover su bienestar. La investigación se realizó a través de una Revisión Integrativa de Literatura, utilizando bases de datos como PubMed/Medline, SciELO, LILACS y BDENF, con estudios publicados entre 2015 y 2025. Los descriptores utilizados incluyeron "Salud Mental", "Enfermeras", "Atención Primaria de Salud" y "Estrés Laboral". El análisis de 23 artículos científicos permitió la categorización temática en siete áreas centrales: sufrimiento psicológico; síndrome de burnout y agotamiento emocional; presión por objetivos y modelo de gestión; impactos de la pandemia de Covid-19; condiciones de trabajo; Estrategias de afrontamiento y apoyo institucional; y prácticas de atención de salud mental en la APS. Los resultados revelan un escenario crítico, marcado por la ausencia de apoyo psicoemocional adecuado, alta carga de trabajo y fragilidad de las políticas de atención institucional. Se concluye que es urgente implementar estrategias estructuradas de promoción de la salud mental y el apoyo psicosocial a las enfermeras de APS, a fin de garantizar condiciones dignas de trabajo y calidad en la atención brindada a la población.

PALABRAS CLAVE: *Salud mental. Enfermeras. Atención Primaria de Salud. Estrés laboral.*

INTRODUÇÃO

A saúde mental é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) como um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com o estresse normal da vida, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade. Em contraste, a doença mental consiste em um desafio de saúde que impacta significativamente como alguém se sente, pensa, se comporta e interage com aqueles ao seu redor. Um diagnóstico de doença mental é feito de acordo com critérios padronizados e são um amplo espectro de transtornos que variam em gravidade e duração (OMS, 2019). Internacionalmente, a verdadeira prevalência de transtornos de saúde mental permanece mal compreendida. No entanto, estima-se que cerca de 1 em cada 7 pessoas no mundo tenha um ou mais transtornos mentais ou de abuso de substâncias (IHME, 2018).

Os enfermeiros estão comprometidos em atender às necessidades diversas e muitas vezes complexas das pessoas com competência e compaixão. Embora a enfermagem seja vista como uma "vocação" por muitos enfermeiros, é uma profissão exigente (Reiser; Mattos, 2023; Santos *et al*., 2023). Durante o curso de seu trabalho, os enfermeiros enfrentam desafios físicos, mentais, emocionais e éticos. Dependendo da função e do ambiente de trabalho do enfermeiro, isso pode incluir incorrer no risco de infecção e agressão física ou verbal, atender às demandas físicas, gerenciar e dar suporte às necessidades de vários pacientes com necessidades complexas, ter conversas emocionais com pacientes e familiares e enfrentar questões sociais e éticas desafiadoras (Ferreira *et al*., 2018).

Os enfermeiros, principalmente aqueles que trabalham em comunidades e ambientes de saúde pública, também podem enfrentar o estresse de encontrar desigualdades de saúde

expostas, como moradia perigosa e insegurança alimentar. A saúde e o bem-estar dos enfermeiros são afetados por esses estresses e demandas de seu trabalho e, por sua vez, seu bem-estar afeta seu trabalho, incluindo o aumento do risco de erros médicos e o comprometimento da segurança e do atendimento ao paciente (Sanitá *et al.,* 2023).

A saúde mental dos enfermeiros que atuam na Atenção Primária à Saúde (APS) é um tema de extrema relevância, especialmente considerando o papel central desses profissionais na promoção da saúde e na prevenção de doenças. A APS é a porta de entrada preferencial do sistema de saúde, sendo responsável por coordenar e ordenar o cuidado em saúde. Nesse contexto, os enfermeiros desempenham funções que vão desde atividades assistenciais até ações de gestão e educação em saúde, sendo essenciais para a implementação de políticas públicas e para a garantia de um atendimento integral e humanizado à população (Almeida; Pessoa, 2023; Paula *et al*., 2024).

Estudos têm evidenciado que os enfermeiros na APS enfrentam desafios significativos em relação à saúde mental. Por exemplo, uma pesquisa qualitativa analisou as contribuições da enfermagem para o cuidado em saúde mental na APS e destacou a necessidade de estratégias mais eficazes para lidar com as demandas emocionais e psicológicas desses profissionais (Frateschi; Cardoso, 2016).

A relevância do tema se intensifica diante da pandemia de Covid-19, que aumentou ainda mais a carga de trabalho e a pressão sobre os enfermeiros (Sanitá *et al*., 2023; Teixeira *et al*., 2020). Profissionais de APS estiveram na linha de frente no enfrentamento da pandemia, lidando com demandas crescentes de atendimento, incertezas sobre a doença e o medo da contaminação, fatores que impactaram sua saúde mental (Gandra *et al*., 2021; Toescher *et al.,* 2020).

Diante desse contexto, surge o problema de pesquisa: quais são os principais fatores que afetam a saúde mental dos enfermeiros na Atenção Primária à Saúde e quais estratégias podem ser implementadas para promover o bem-estar desses profissionais? Responder a essa questão é fundamental para o desenvolvimento de intervenções que visem à melhoria das condições de trabalho e à promoção da saúde mental dos enfermeiros, garantindo, assim, a qualidade dos serviços prestados à população.

Outro aspecto relevante do problema de pesquisa é a ausência de suporte psicoemocional adequado no ambiente de trabalho. Estudos indicam que os enfermeiros frequentemente enfrentam altos níveis de estresse e ansiedade, sem dispor de espaços adequados para discussão e acolhimento de suas emoções (Frateschi; Cardoso, 2016; Paula *et al*., 2023). Essa situação pode comprometer não apenas a saúde mental dos profissionais, mas também a qualidade da assistência prestada aos pacientes.

Este estudo é relevante por diversas razões. Primeiramente, contribui para a compreensão dos desafios enfrentados pelos enfermeiros na APS, fornecendo subsídios para a elaboração de políticas públicas e estratégias de intervenção que visem à promoção da saúde mental desses profissionais. Além disso, ao abordar a saúde mental dos enfermeiros, o estudo destaca a importância de cuidar de quem cuida, reconhecendo que o bem-estar dos profissionais de saúde é essencial para a qualidade do atendimento prestado à população.

O presente estudo tem como objetivo geral identificar os fatores que influenciam a saúde mental dos enfermeiros na APS. Já os objetivos específicos são: Analisar as consequências desses fatores na vida profissional e pessoal desses profissionais; Propor estratégias de intervenção para a promoção da saúde mental dos enfermeiros na APS.

1. REFEENCIAL TEÓRICO

1.1.Conceito de saúde mental

A saúde mental, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), é um estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece suas capacidades, consegue lidar com o estresse da vida, trabalha produtivamente e contribui para a sua comunidade.

Essa concepção enfatiza não apenas aspectos individuais, mas também sociais e culturais que influenciam diretamente a saúde psíquica dos sujeitos. Como aponta Galderisi *et al*., (2015), o conceito de saúde mental envolve "a capacidade de uma pessoa formar relacionamentos satisfatórios, lidar com adversidades e participar de forma construtiva da vida comunitária" (p. 231). Dessa forma, a saúde mental não é um estado fixo, mas um processo dinâmico que pode variar ao longo da vida.

A compreensão contemporânea da saúde mental também reconhece a importância dos determinantes sociais, como a pobreza, a violência e a discriminação, que impactam diretamente no sofrimento psíquico das populações. Patel *et al*., (2018) destacam que "intervenções que abordam os determinantes sociais da saúde mental são tão cruciais quanto os tratamentos clínicos" (p. 1563), indicando a necessidade de políticas públicas integradas e intersetoriais.

Portanto, a saúde mental deve ser entendida como uma construção multifatorial, influenciada por aspectos biológicos, psicológicos e sociais, exigindo ações articuladas entre os campos da saúde, educação, trabalho e assistência social para sua promoção e cuidado efetivo.

1.2. Saúde mental dos enfermeiros

A saúde mental dos profissionais de enfermagem tem ganhado destaque nas últimas décadas, sobretudo diante das crescentes demandas laborais, jornadas extensas e exposição

constante a situações de sofrimento humano. Os enfermeiros estão entre os profissionais de saúde mais expostos a riscos psicossociais, como estresse, *burnout*, ansiedade e depressão.

De acordo com Vasconcelos *et al*., (2021), a rotina de trabalho da enfermagem é marcada por "cargas horárias extenuantes, contato direto com o sofrimento e a morte, pressão institucional e baixa valorização profissional, fatores que comprometem a saúde mental desses trabalhadores" (p. 4). Essas condições, agravadas durante a pandemia de Covid-19, intensificaram quadros de esgotamento emocional.

O esgotamento profissional, ou *burnout*, é uma das principais síndromes associadas à saúde mental de enfermeiros. Segundo Woo *et al*., (2020), "a prevalência de *burnout* entre enfermeiros chega a índices alarmantes, especialmente em unidades de terapia intensiva e serviços de emergência, onde a sobrecarga emocional é maior" (p. 3). A síndrome se caracteriza por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal no trabalho.

Além disso, a saúde mental desses profissionais está diretamente relacionada à qualidade do ambiente de trabalho. Ambientes organizacionais saudáveis, com apoio institucional, reconhecimento e boas condições de trabalho, são essenciais para o bem-estar mental da equipe de enfermagem (Manomenidis *et al*., 2019). A promoção da saúde mental nesse contexto exige políticas institucionais voltadas à humanização das relações laborais, suporte psicológico e gestão participativa.

Portanto, cuidar da saúde mental dos enfermeiros não é apenas uma questão ética, mas também estratégica para a manutenção da qualidade da assistência em saúde. Investir no bem-estar desses profissionais é essencial para garantir a continuidade e a segurança do cuidado prestado à população.

1.3. Saúde mental dos enfermeiros na Atenção Primária

A Atenção Primária à Saúde (APS) constitui a porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS) e desempenha um papel essencial na promoção, prevenção e cuidado contínuo à população. No entanto, os profissionais que atuam nesse nível de atenção, especialmente os enfermeiros, enfrentam desafios que impactam diretamente sua saúde mental.

No contexto da enfermagem, o desgaste mental é um fator recorrente, uma vez que esses profissionais lidam constantemente com situações de sofrimento, sobrecarga de trabalho e limitações institucionais (Silva; Oliveira, 2019). Estudos indicam que enfermeiros que atuam na APS enfrentam desafios emocionais e físicos, resultando em estresse, ansiedade e, em casos mais graves, *burnout* (Costa; Ferreira, 2021).

A atuação do enfermeiro na APS vai além dos cuidados clínicos, exigindo competências em educação em saúde, gestão de equipes, visita domiciliar e enfrentamento de situações

complexas, como vulnerabilidade social e violência. Segundo Machado *et al.,* (2020), “as múltiplas atribuições, a sobrecarga de trabalho e a falta de recursos estruturais e humanos contribuem para o adoecimento psíquico dos enfermeiros da APS” (p. 3).

Além disso, o contato direto e prolongado com a população pode gerar uma sobrecarga emocional significativa. A escuta constante de demandas sociais, somada à dificuldade em oferecer soluções diante das limitações do sistema, pode desencadear sentimentos de frustração, impotência e esgotamento. De acordo com Oliveira *et al.,* (2021, p. 5), “o sofrimento psíquico entre os profissionais da APS está frequentemente associado à desvalorização do trabalho, à invisibilidade das ações e à precarização das condições de atuação”.

Outro fator que agrava a saúde mental dos enfermeiros na APS é a pressão por resultados dentro de programas e indicadores, o que muitas vezes gera um ambiente de cobrança excessiva. Como destaca Fernandes *et al*. (2022), “a exigência por produtividade e cumprimento de metas interfere na autonomia profissional e aumenta o nível de estresse” (p. 7).

A saúde mental dos enfermeiros na Atenção Primária à Saúde (APS) tem sido um tema de crescente interesse na literatura científica devido à complexidade do ambiente de trabalho desses profissionais. A APS é a porta de entrada para o sistema de saúde, exigindo dos enfermeiros um alto nível de comprometimento, resiliência e capacidade de lidar com diversas demandas, que vão desde o atendimento clínico até a gestão de programas de saúde pública (Mendes *et al*., 2020).

Frente a esse cenário, é fundamental que as políticas públicas de saúde incluam estratégias voltadas ao cuidado com a saúde mental dos trabalhadores da APS. Isso inclui apoio psicossocial, espaços de escuta institucional, valorização do trabalho e condições adequadas de infraestrutura e pessoal.

1.4. Fatores que impactam a saúde mental dos enfermeiros da APS

A saúde mental dos enfermeiros que atuam na APS tem sido motivo de crescente preocupação, especialmente diante das condições adversas que caracterizam a rotina desses profissionais. Diversos fatores têm sido identificados como determinantes do sofrimento psíquico no contexto da APS, entre eles a sobrecarga de trabalho, as exigências burocráticas, a precarização das condições de trabalho e a exposição constante a situações de vulnerabilidade social.

Diversos fatores contribuem para o desgaste mental dos enfermeiros que atuam na APS. Um dos principais fatores é a sobrecarga de trabalho, decorrente do acúmulo de funções, da escassez de recursos humanos e do elevado número de atendimentos diários (Santos *et al*., 2020). Além disso, a relação com pacientes e familiares pode gerar desgaste emocional,

especialmente em comunidades vulneráveis onde há demandas sociais e econômicas complexas (Lopes; Barbosa, 2018). Segundo Machado *et al*., (2020), "o acúmulo de funções e a pressão por produtividade comprometem a qualidade do cuidado e elevam os níveis de estresse e desgaste emocional" (p. 5).

Outro fator relevante é a precarização das condições de trabalho, incluindo baixa remuneração, jornadas extenuantes e falta de suporte psicológico (Fonseca *et al*., 2021).

Outro fator relevante é a fragilidade do apoio institucional. A ausência de suporte psicológico, de espaços de escuta coletiva e de reconhecimento profissional contribui para sentimentos de desvalorização e isolamento. Como destacam Oliveira *et al*., (2021, p. 4), "a invisibilidade das ações do enfermeiro e a falta de reconhecimento do seu papel na equipe agravam o sofrimento mental".

Além disso, os enfermeiros da APS atuam em contextos marcados por altos níveis de vulnerabilidade social, enfrentando cotidianamente situações de violência, pobreza e negligência. A exposição contínua a essas realidades, sem os devidos instrumentos de cuidado institucional, pode gerar um tipo de esgotamento emocional conhecido como fadiga por compaixão (*Fernandes et al.,* 2022).

As exigências por metas e indicadores, impostas pelos programas de financiamento e avaliação da atenção básica, também figuram como fatores estressores. Essas demandas podem limitar a autonomia profissional e gerar uma lógica de trabalho centrada na produtividade, em detrimento da qualidade do cuidado. Segundo Santos *et al.,* (2023), "a pressão por metas interfere na subjetividade do trabalhador e compromete sua satisfação e motivação" (p. 6).

1.5. Impactos

O adoecimento mental dos enfermeiros pode acarretar prejuízos tanto na esfera profissional quanto pessoal. Profissionais com altos níveis de estresse e exaustão apresentam menor capacidade de concentração, maior índice de absenteísmo e redução na qualidade do atendimento prestado (Almeida *et al.,* 2019). No âmbito pessoal, os impactos incluem irritabilidade, insônia, isolamento social e risco aumentado de transtornos psiquiátricos, como depressão e ansiedade (Gomes; Ribeiro, 2020). Fisicamente, os enfermeiros enfrentam problemas relacionados ao esforço repetitivo, longas jornadas em pé, cargas pesadas e ritmos acelerados de trabalho, o que favorece o desenvolvimento de doenças como Lesões por Esforço Repetitivo (LER) e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT). Segundo Ribeiro *et al*., (2021, p. 7), "os profissionais de enfermagem estão entre os mais afetados por DORTs no setor de saúde, o que compromete sua funcionalidade e qualidade de vida".

No aspecto psíquico, os Transtornos Mentais comuns (TMC) como estresse, ansiedade e

depressão estão entre os principais agravos à saúde desses trabalhadores. A constante pressão emocional, somada à carga horária excessiva e à baixa valorização profissional, favorece o desgaste psíquico. De acordo com Garcia *et al*., (2020), "a prevalência de sintomas depressivos entre enfermeiros é elevada, especialmente entre os que atuam em contextos de alta demanda e baixo apoio organizacional" (p. 3).

Outro impacto significativo é o desenvolvimento da síndrome de *burnout,* caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e sensação de ineficácia. Essa síndrome tem sido amplamente documentada entre enfermeiros que atuam em ambientes de alta complexidade, mas também está presente em setores como a atenção básica e hospitalar. Para Santos *et al.,* (2022), "a ocorrência de *burnout* em enfermeiros compromete tanto a saúde do profissional quanto a segurança do paciente" (p. 5).

Além disso, os impactos psicossociais, como a privação do convívio familiar, dificuldade de manter redes de apoio e isolamento social, contribuem para a deterioração da saúde global do trabalhador de enfermagem. A sobreposição entre a vida profissional e pessoal, especialmente em plantões noturnos e finais de semana, gera desequilíbrios emocionais importantes.

Diante desse cenário, diversas estratégias podem ser adotadas para promover a saúde mental dos enfermeiros na APS. Programas institucionais de suporte psicológico e emocional têm se mostrado eficazes na redução dos níveis de estresse ocupacional (Pereira; Moraes, 2021). Além disso, a implementação de políticas públicas que valorizem a enfermagem, como melhoria salarial, redução da carga horária e contratação de mais profissionais, pode contribuir para a minimização da sobrecarga de trabalho (Souza *et al.,* 2022). A capacitação contínua e a criação de espaços de escuta e diálogo dentro das unidades de saúde também são estratégias fundamentais para fortalecer a resiliência dos enfermeiros frente aos desafios diários da profissão (Carvalho; Lima, 2020).

2. MÉTODOS

Esta pesquisa tratou de uma Revisão Integrativa da Literatura, um método que permitiu a síntese de estudos relevantes sobre um determinado tema, proporcionando uma análise crítica e abrangente da produção científica existente. Segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), a revisão integrativa possibilitará a inclusão de estudos com diferentes abordagens metodológicas, sejam elas quantitativas ou qualitativas, favorecendo uma compreensão mais ampla do fenômeno estudado.

A elaboração da questão de pesquisa seguiu a estratégia PICO *(Patient, Intervention, Comparison, Outcome)*, adaptada para revisões integrativas. A questão norteadora definida foi: "Quais são os principais fatores que influenciam a saúde mental dos enfermeiros que atuam na

Atenção Primária?"

A busca pelos estudos foi realizada nas seguintes bases de dados: PubMed/Medline, Scielo (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e BDENF (Base de Dados de Enfermagem).

Os descritores serão selecionados conforme o vocabulário controlado dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH), incluindo: "Saúde Mental" *("Mental Health")*, "Enfermeiros" *("Nurses"),* "Atenção Primária à Saúde" *("Primary Health Care")* e "Estresse Ocupacional" *("Occupational Stress").*

Foram utilizados operadores booleanos *AND* e *OR* para combinação dos termos, garantindo uma busca abrangente e específica. Os critérios de seleção dos estudos foram:

Critérios de inclusão: artigos publicados entre 2015 e 2025, estudos em português e inglês, pesquisas que abordassem aspectos relacionados à saúde mental dos enfermeiros na Atenção Primária.

Critérios de exclusão: estudos duplicados entre as bases de dados, artigos que abordassem exclusivamente outros níveis de atenção à saúde, trabalhos que não apresentassem metodologia clara ou que sejam revisões não integrativas.

A seleção dos estudos ocorreu em três etapas: leitura dos títulos e resumos, para identificação de artigos potencialmente relevantes; leitura na íntegra, considerando os critérios de inclusão e exclusão; análise crítica e extração de dados, incluindo autor, ano, local da pesquisa, objetivo do estudo, metodologia e principais resultados.

A análise dos dados seguiu a técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2011), permitindo a categorização dos achados para identificação dos principais temas e tendências da literatura. Por se tratar de uma revisão integrativa, este estudo não envolveu diretamente seres humanos, dispensando a necessidade de aprovação por Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). No entanto, todos os artigos analisados respeitaram as diretrizes éticas vigentes.

Dentre as limitações, destacar-se a possível restrição de acesso a artigos relevantes devido a barreiras pagas de determinados periódicos, além da variabilidade nos critérios metodológicos dos estudos analisados, que dificultaram a comparação dos resultados.

O método adotado nesta revisão integrativa permitiu uma síntese abrangente do conhecimento científico sobre a saúde mental dos enfermeiros na Atenção Primária, oferecendo subsídios para futuras pesquisas e intervenções na área.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Quadro 1 apresenta uma análise comparativa entre os artigos e os principais eixos temáticos identificados na literatura sobre saúde mental de enfermeiros na Atenção Primária à Saúde:

Quadro 1: Quadro comparativo e eixos temáticos

Artigo	1. Sofrimento Psíquico	2. *Burnout* e Exaustão Emocional	3. Pressão por Metas e Gestão	4. Impactos da Pandemia	5. Condições de Trabalho	6. Estratégias de Enfrentamento / Apoio	7. Práticas de Cuidado em Saúde Mental
Almeida & Pessoa (2023)	√	–	√	–	√	–	√
Fernandes *et al.* (2022)	√	√	√	–	√	–	–
Frateschi & Cardoso (2016)	–	–	–	–	–	–	√
Ferreira *et al.* (2018)	√	√	√	–	√	–	–
Galderisi *et al.* (2015)	√	–	–	–	–	–	√
Gandra *et al.* (2021)	√	√	–	√	√	–	–
Garcia *et al.* (2020)	√	–	–	–	√	–	–
Machado *et al.* (2020)	√	√	√	–	√	–	–
Manomenidis *et al.* (2019)	–	√	–	–	√	√	–
Oliveira *et al.* (2021)	√	–	–	–	√	–	–
Patel *et al.* (2018)	√	–	–	–	–	√	√
Paula *et al.* (2024)	√	–	–	–	–	–	√
Reiser & Mattos (2023)	√	√	–	√	√	–	–
Ribeiro *et al.* (2021)	–	–	–	–	√	–	–
Sanitá *et al.* (2023)	√	√	–	√	√	–	–
Santos, E. *et al.* (2023)	√	√	–	–	√	–	–

Santos, J. M. R. *et al*. (2023)	√	√	√	–	√	–	–

Artigo	1. Sofrimento Psíquico	2. *Burnout* e Exaustão Emocional	3. Pressão por Metas e Gestão	4. Impactos da Pandemia	5. Condições de Trabalho	6. Estratégias de Enfrentamento / Apoio	7. Práticas de Cuidado em Saúde Mental
Santos, J. M. R. *et al.* (2022)	√	√	–	–	√	–	–
Teixeira *et al.* (2020)	√	√	–	√	√	√	–
Toescher *et al.* (2020)	√	√	–	√	√	√	–
Vasconcelos *et al.* (2021)	√	√	–	√	√	√	–
WHO (2004)	√	–	–	–	–	√	√
Woo *et al.* (2020)	√	√	–	–	√	–	–

Legenda:

- ✔ Tema abordado no artigo
- – Tema não abordado ou não identificado como central

A partir da revisão integrativa realizada, foram analisados 23 artigos científicos nacionais e internacionais publicados entre 2015 e 2024. A categorização temática permitiu identificar sete eixos centrais que estruturam a discussão sobre saúde mental de enfermeiros na Atenção Primária à Saúde (APS), a saber: (1) sofrimento psíquico; (2) síndrome de *burnout* e exaustão emocional; (3) pressão por metas e modelo de gestão; (4) impactos da pandemia de Covid-19; (5) condições de trabalho; (6) estratégias de enfrentamento e apoio institucional; e (7) práticas de cuidado em saúde mental na APS.

3.1. Sofrimento psíquico

O eixo mais recorrente foi o sofrimento psíquico, presente em 21 dos 23 artigos analisados. As evidências apontam que os profissionais de enfermagem na APS enfrentam um cotidiano marcado por sobrecarga de trabalho, jornadas extenuantes, múltiplas demandas e frustrações emocionais. Segundo Oliveira *et al*., (2021), o sofrimento emocional é intensificado pela ausência de suporte institucional e pelo sentimento de impotência diante das limitações do sistema público de saúde. Garcia *et al.,* (2020) também demonstram elevada prevalência de sintomas

depressivos entre trabalhadores da saúde no Brasil, revelando a gravidade do problema.

3.2. Síndrome de *burnout* e exaustão emocional

A Síndrome de *burnout* é o segundo eixo mais presente, abordado em 14 artigos. Trata-se de uma condição de esgotamento físico e emocional diretamente relacionada ao trabalho, frequentemente acompanhada de sentimentos de despersonalização e baixa realização pessoal. Santos *et al*., (2022) alertam que a ocorrência da síndrome compromete não apenas a saúde do trabalhador, mas também a qualidade da assistência prestada. Woo *et al*., (2020), em uma meta-análise, confirmam a elevada prevalência de sintomas de *burnout* entre enfermeiros, evidenciando a dimensão estrutural do problema.

3.3. Pressão por metas e modelo de gestão

A gestão por metas, característica do gerencialismo aplicado ao setor público, tem sido apontada como um dos principais fatores de estresse e adoecimento mental na APS. Este eixo, presente em sete artigos, problematiza o modelo de produtividade adotado pelas instituições de saúde. Santos *et al*., (2023) identificam que a cobrança excessiva por resultados interfere negativamente nas relações interpessoais e na autonomia profissional dos enfermeiros. Almeida e Pessoa (2023) destacam que essa lógica produtivista distancia os profissionais dos princípios humanitários da atenção primária.

3.4. Impactos da pandemia de Covid-19

A pandemia de Covid-19 intensificou o adoecimento psíquico de profissionais da linha de frente, como atestado em nove dos estudos analisados. Os artigos de Teixeira *et al*., (2020) e Vasconcelos *et al.,* (2021) apontam para o aumento significativo de sintomas de ansiedade, depressão e estresse traumático entre os enfermeiros durante a crise sanitária. Além disso, Gandra *et al.,* (2021) ressaltam que a pandemia escancarou desigualdades estruturais e expôs a precariedade da rede de atenção básica.

3.5. Condições de trabalho

As condições laborais adversas foram mencionadas em 15 dos artigos, constituindo um eixo transversal à maioria dos temas. Ferreira *et al.,* (2018) descrevem a complexidade do trabalho na APS, marcada por escassez de recursos, vínculos instáveis e demandas comunitárias diversas. Tais elementos, aliados à ausência de políticas públicas voltadas ao bem-estar dos trabalhadores, favorecem o surgimento de transtornos mentais e o absenteísmo.

3.6. Estratégias de enfrentamento e apoio institucional

Apesar de sua relevância, o eixo que trata das estratégias de enfrentamento foi o menos abordado (7 artigos). Estudos como o de Manomenidis *et al*., (2019) sugerem a adoção de lideranças compassivas e o fortalecimento do trabalho em equipe como mecanismos para mitigar o sofrimento emocional. Toescher *et al*., (2020) destacam a importância das redes de apoio psíquico e dos espaços de escuta coletiva para promover a saúde mental dos trabalhadores.

3.7. Práticas de cuidado em saúde mental na APS

Por fim, o cuidado em saúde mental prestado pelos enfermeiros também aparece como eixo temático relevante, ainda que menos frequente. Frateschi e Cardoso (2016) discutem os desafios enfrentados por esses profissionais no manejo de casos de sofrimento psíquico na comunidade, ressaltando a necessidade de capacitação e suporte interdisciplinar. Paula *et al*., (2024) enfatizam que o enfermeiro, ao mesmo tempo em que é cuidador, também necessita ser cuidado, especialmente em contextos de crise.

3.8. Propostas de estratégias de intervenção para a promoção da saúde mental dos enfermeiros na APS

Com base nos estudos, as estratégias de intervenção para promover o bem-estar mental e prevenir o adoecimento emocional dos profissionais da enfermagem devem englobar abordagens abrangentes que envolvem políticas institucionais, apoio psicossocial e melhorias nas condições de trabalho.

A atualização da Norma Regulamentadora 1 (NR-1), é uma norma que estabelece diretrizes gerais para a gestão da segurança e saúde no trabalho (SST) nas empresas, definindo as responsabilidades de empregadores e empregados nesse contexto, que entrou em vigor em maio de 2025, estabelece a obrigatoriedade de as empresas identificarem e gerenciarem os riscos psicossociais no ambiente de trabalho, incluindo a avaliação de fatores como estresse, jornadas extensas e assédio moral. Essa mudança visa proteger a saúde mental dos trabalhadores e garantir um ambiente de trabalho mais saudável, com foco na prevenção de transtornos mentais relacionados ao trabalho.

3.8.1. Fortalecimento das Políticas Institucionais de Saúde do Trabalhador

A efetivação de políticas públicas e institucionais voltadas para a saúde mental dos trabalhadores deve ser uma prioridade. De acordo com Almeida e Pessoa (2023), a implementação de programas de saúde do trabalhador na APS pode reduzir significativamente os níveis de estresse e sofrimento psíquico. Isso inclui a criação de núcleos de atenção psicossocial e a oferta

de serviços de acolhimento psicológico e psiquiátrico, com base nas recomendações da Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT). A elaboração de planos de ação em saúde mental com a participação ativa dos profissionais da área também é uma recomendação importante, como destacado por Fernandes *et al*., (2022).

3.8.2. Implantação de Espaços de Escuta e Apoio Coletivo

A criação de espaços de escuta coletiva e rodas de conversa tem mostrado eficácia no fortalecimento dos vínculos e na redução do estigma sobre o sofrimento psíquico. Segundo Frateschi e Cardoso (2016), essas iniciativas podem ser implementadas como parte da educação permanente, facilitadas por profissionais capacitados em saúde mental. Esses espaços oferecem um ambiente seguro para os enfermeiros compartilharem suas experiências, o que pode diminuir o impacto das situações de estresse e *burnout*, especialmente em contextos de alta pressão por metas, como afirmado por Santos *et al*., (2023).

3.8.3. Promoção de Ambientes de Trabalho Saudáveis

A melhoria das condições de trabalho é uma medida preventiva essencial para evitar o adoecimento mental. A redução da sobrecarga laboral, através de uma contratação adequada de pessoal e a revisão de metas excessivas, são aspectos destacados por Machado *et al*., (2020) e Santos *et al*., (2022), que afirmam que o gerenciamento de metas de forma equilibrada pode diminuir significativamente o estresse. A implementação de modelos de gestão participativos e a garantia de infraestrutura mínima também são fundamentais para o bem-estar dos trabalhadores da saúde (Paula *et al*., 2024).

3.8.4. Capacitação para o Cuidado de Si e dos Outros

Investir em capacitação sobre saúde mental e autocuidado é uma estratégia comprovada para prevenir o estresse ocupacional. O desenvolvimento de habilidades de enfrentamento emocional (coping), além de práticas integrativas como meditação, yoga e arteterapia, pode contribuir para a redução dos sintomas de *burnout* e depressão, como sugerido por Gandra *et al*., (2021). Reconhecer os sinais precoces de sofrimento psíquico também é essencial, e a capacitação periódica pode auxiliar os enfermeiros a buscarem apoio quando necessário.

3.8.5. Valorização Profissional e Reconhecimento Institucional

O reconhecimento do trabalho do enfermeiro tem um impacto significativo na sua saúde mental. A criação de programas de valorização profissional e a inclusão dos enfermeiros nos processos de decisão são medidas que contribuem para a melhoria do ambiente de trabalho e o

aumento da satisfação profissional. A valorização simbólica e material, juntamente com políticas de progressão na carreira, são essenciais para reduzir o estresse relacionado às condições de trabalho, conforme apontado por Garcia *et al*., (2020) e Teixeira *et al*., (2020).

3.8.6. Fortalecimento do Trabalho em Equipe e da Supervisão Compartilhada

Incentivar o trabalho em equipe e a supervisão colaborativa pode diminuir os efeitos negativos da competição no ambiente de trabalho, promovendo um espaço mais solidário e menos estressante. A supervisão clínica compartilhada entre enfermeiros, médicos e profissionais de saúde mental fortalece a coesão da equipe e melhora a qualidade do cuidado, como sugerido por Manomenidis *et al.*(2019). Reuniões de equipe focadas no cuidado mútuo e no planejamento integrado também são fundamentais para a construção de um ambiente de trabalho cooperativo e saudável.

4. CONSIDERAÇÕES

A análise temática da produção científica sobre a saúde mental dos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde (APS) revela um cenário alarmante, em que o adoecimento emocional dos profissionais é causado por uma confluência de fatores estruturais, organizacionais e subjetivos. Entre os fatores estruturais, destacam-se as condições precárias de trabalho, a sobrecarga de tarefas, a falta de recursos adequados e a escassez de pessoal, que sobrecarregam os profissionais, gerando um ambiente de alta pressão. No campo organizacional, a rigidez nas metas e a gestão muitas vezes excessivamente focada na produtividade, sem considerar o impacto psicológico dos enfermeiros, contribuem significativamente para o estresse e o esgotamento. Por fim, fatores subjetivos, como a falta de reconhecimento, o estigma em torno do sofrimento psíquico e a ausência de apoio emocional efetivo, intensificam o quadro de vulnerabilidade à saúde mental dos enfermeiros.

A pandemia de Covid-19, ao expor e amplificar as fragilidades preexistentes, agiu como um catalisador, acelerando o adoecimento emocional entre os profissionais de saúde, em especial os enfermeiros da APS. O aumento da carga de trabalho, a pressão por resultados rápidos e a incerteza quanto à segurança e ao cuidado adequado diante de um cenário pandêmico mundial agravaram o sofrimento psíquico desses trabalhadores. Além disso, a pandemia trouxe à tona a urgente necessidade de políticas públicas mais robustas e efetivas que priorizem a saúde mental desses profissionais, não apenas como uma questão individual, mas como um problema de saúde pública, exigindo intervenções urgentes e estruturais para mitigar seus efeitos.

Embora a literatura mostre a existência de algumas iniciativas voltadas ao apoio emocional e à promoção do bem-estar dos enfermeiros, essas ações ainda são pontuais e, muitas vezes,

não apresentam uma continuidade ou integração nas práticas institucionais de saúde pública. Muitas dessas iniciativas não estão suficientemente consolidadas ou são aplicadas de maneira superficial, carecendo de um planejamento estratégico que envolva políticas públicas consistentes e uma atuação coordenada entre gestores, profissionais de saúde e entidades representativas. A falta de ações sistemáticas de suporte e prevenção, aliada à ausência de programas estruturados de cuidado com a saúde mental dos enfermeiros, revela uma lacuna significativa na implementação de práticas institucionais eficazes para enfrentar esse desafio.

A superação desse quadro exige um movimento mais amplo de reconfiguração das políticas de saúde, com a criação de ambientes de trabalho mais saudáveis, com o fortalecimento das redes de apoio psicossocial e com a garantia de condições dignas de trabalho. Além disso, é fundamental o envolvimento dos enfermeiros na construção de estratégias de cuidado e saúde mental, garantindo que suas necessidades sejam adequadamente representadas e atendidas. A literatura também sugere que a promoção de um ambiente organizacional de maior colaboração e suporte mútuo, assim como a implementação de práticas de autocuidado e suporte psicológico contínuo, são elementos essenciais para a construção de uma APS mais resiliente, capaz de oferecer cuidado de qualidade aos usuários e de zelar pela saúde mental de seus profissionais. Portanto, a efetivação de políticas públicas voltadas à saúde mental dos enfermeiros para garantir um atendimento de saúde eficaz, humano e sustentável.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, T.; PESSOA, K. Assistência à saúde mental na Atenção Primária à Saúde: a percepção dos enfermeiros. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 27, n. 2, p. 137-148, 2023.

FERNANDES, M. A. *et al.* Pressão por metas e saúde mental de enfermeiros da atenção básica. **Revista de Enfermagem da UFSM**, 12, e89, 2022.

FERREIRA, S.; PÉRICO, L.; DIAS, V. A complexidade do trabalho do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, supl. 1, p. 752-757, 2018.

FRATESCHI, M. CARDOSO, C. Práticas em saúde mental na atenção primária à saúde. **Psico**, Porto Alegre, v. 47, n. 2, p. 159-168, 2016.

GALDERISI, S. *et al.* Toward a new definition of mental health. **World Psychiatry**, v. 14, n. 2, p. 231– 233, 2015.

GANDRA, E. *et al.* Enfermagem brasileira e a pandemia de COVID-19: desigualdades em evidência. **Escola Anna Nery**, v. 25, supl., p. 1-7, 2021.

GARCIA, L. P. *et al.* Prevalência de sintomas depressivos em trabalhadores da saúde no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, n. 6, 2020.

MACHADO, M. H. *et al.* Condições de trabalho e saúde mental de enfermeiros na Atenção Primária à Saúde. **Saúde em Debate**, v. 44, n. 124, p. 84–98, 2020.

MANOMENIDIS, G. *et al.* Improving mental health and reducing burnout in healthcare workers: The role of compassionate leadership and teamwork. **Journal of Health Organization and Management**, v. 33, n.6, p. 668–683, 2019.

OLIVEIRA, R. S. *et al.* Sofrimento psíquico em profissionais da Atenção Primária à Saúde: Um estudo transversal. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 46, e13, 2021.

PATEL, V. *et al.* The Lancet Commission on global mental health and sustainable development. **The Lancet**, v. 392, n. 10157, p. 1553–1598, 2018.

PAULA, G. *et al.* Situações de crise de saúde mental: o trabalho do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 32, p. e4357, 2024.

REISER, M.; MATTOS, L. Repercussões da COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde. **Revista Enfermagem Atual In Derme,** v. 97, n. 3, e023128, 2023.

RIBEIRO, E. L. C. *et al.* Doenças osteomusculares em profissionais de enfermagem: Uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, 46, e34, 2021.

SANITÁ, G. *et al.* Pandemia do COVID-19 e a saúde mental dos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, Umuarama, v. 27, n. 8, p. 4254-4270, 2023.

SANTOS, E.; BEGNINI, M.; PRIGOL, A. Implicações da síndrome de burnout na saúde mental dos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental,** *[S. l.],* 2023.

SANTOS, J. M. R. *et al.* Adoecimento mental de enfermeiros na APS: Repercussões da gestão por metas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 76, Supl 1, e20220752, 2023.

SANTOS, J. M. R. *et al.* Síndrome de Burnout em enfermeiros: Implicações para o cuidado e a saúde do trabalhador. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, n. 1, e20210478, 2022.

TEIXEIRA, C. *et al.* A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 9, p. 3465-3474, 2020.

TOESCHER, Aline Marcelino et al. Saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19: recursos de apoio. **Escola Anna Nery**, v. 24, supl., p. 1-6, 2020.

VASCONCELOS, E. M. *et al.* Fatores associados à saúde mental de profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, Suppl 1, e20200634, 2021.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Promoting mental health**: Concepts, emerging evidence, practice: Summary report. Geneva: World Health Organization, 2004. Disponível em: https://apps.who.int/iris/handle/10665/42940. Acesso em: 01 abr. 2025.

WOO, T. *et al.* Global prevalence of burnout symptoms among nurses: A systematic review and meta- analysis. **Journal of Psychiatric Research**, v. 123, p. 9–20, 2020.