

# Saúde Mental do Enfermeiro na Atenção Básica: Um Olhar Sobre Estratégia de Saúde da Família

Nurses' Mental Health in Primary Care: A Look at the Family Health Strategy

Salud Mental de Enfermeras en Atención Primaria: Una Mirada a la Estrategia de Salud Familiar

Laila de Barros Arruda<sup>1</sup>, Alessandra da Silva Souza<sup>2</sup>, Elisângela do Nascimento Fernandes Gomes<sup>3</sup>, Sebastião Jorge da Cunha Gonçalves<sup>4</sup>, Lília Marques Simões Rodrigues<sup>5</sup>, Thainá Oliveira Lima<sup>6</sup>

**Como citar esse artigo.** Arruda, LB. Souza, AS. Gomes, ENF. Gonçalves, SJC. Rodrigues, LMS. Lima, TO. Saúde Mental do Enfermeiro na Atenção Básica: Um Olhar Sobre Estratégia de Saúde da Família. Rev Pró-UniverSUS. 2025; 16(3);203-209.



## Resumo

A Estratégia de Saúde da Família é essencial na Atenção Primária à Saúde, mas os enfermeiros enfrentam múltiplos desafios que impactam sua saúde mental. Entender esses desafios e os problemas que geram na saúde desses profissionais é essencial. Esta revisão sistemática, guiada pelo protocolo PRISMA, analisou 12 artigos publicados nos últimos 20 anos. Identificou-se que fatores como sobrecarga de trabalho, falta de recursos, gestão autoritária, conflitos éticos e condições adversas aumentam o risco de adoecimento mental, manifestado pelo esgotamento emocional e uso de substâncias psicoativas. A rotina intensa e a pressão para lidar com demandas complexas, somadas à escassez de suporte institucional, prejudicam a qualidade do cuidado e a satisfação profissional. Por outro lado, estratégias como a sistematização da consulta de enfermagem, o fortalecimento do vínculo com os usuários, a capacitação contínua e o diálogo nas equipes contribuem para a promoção do bem-estar psíquico. A saúde mental desses profissionais é uma questão coletiva e institucional que exige políticas públicas, melhorias estruturais e culturais no ambiente de trabalho. Valorizar e cuidar da saúde mental dos enfermeiros é fundamental para garantir a integralidade e a humanização do atendimento à população e a sustentabilidade do Sistema Único de Saúde. Este estudo destaca a importância de compreender o adoecimento desses trabalhadores a partir de uma análise crítica que articula fatores objetivos e subjetivos, visando a construção de práticas de cuidado ético e valorização dos profissionais na APS.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Enfermeiro; Estratégia de Saúde da Família; Ansiedade.

## Abstract

The Family Health Strategy is essential in Primary Health Care, but nurses face multiple challenges that impact their mental health. Understanding these challenges and the resulting health problems in these professionals is crucial. This systematic review, guided by the PRISMA protocol, analyzed 12 articles published in the last 20 years. Factors such as workload overload, lack of resources, authoritarian management, ethical conflicts, and adverse conditions increase the risk of mental illness, manifested by emotional exhaustion and use of psychoactive substances. The intense routine and pressure to deal with complex demands, combined with scarce institutional support, impair care quality and professional satisfaction. On the other hand, strategies such as systematizing nursing consultations, strengthening bonds with users, continuous training, and team dialogue contribute to promoting psychological well-being. The mental health of these professionals is a collective and institutional issue requiring public policies and structural and cultural improvements in the work environment. Valuing and caring for nurses' mental health is fundamental to ensuring comprehensive and humanized care for the population and the sustainability of the Unified Health System. This study highlights the importance of understanding workers' illness through a critical analysis that articulates objective and subjective factors, aiming to build ethical care practices and value professionals in Primary Health Care.

**Key words:** Mental health; Nurse; Family Health Strategy; Anxiety.

## Resumen

La Estrategia de Salud Familiar es esencial en la Atención Primaria de Salud, pero los enfermeros enfrentan múltiples desafíos que impactan su salud mental. Comprender estos desafíos y los problemas que generan en la salud de estos profesionales es fundamental. Esta revisión sistemática, guiada por el protocolo PRISMA, analizó 12 artículos publicados en los últimos 20 años. Resultados: Se identificaron factores como la sobrecarga laboral, la falta de recursos, la gestión autoritaria, conflictos éticos y condiciones adversas que aumentan el riesgo de enfermedades mentales, manifestadas por agotamiento emocional y consumo de sustancias psicoactivas. La rutina intensa y la presión para atender demandas complejas, sumadas a la escasez de apoyo institucional, afectan la calidad del cuidado y la satisfacción profesional. Por otro lado, estrategias como la sistematización de la consulta de enfermería, el fortalecimiento del vínculo con los usuarios, la capacitación continua y el diálogo en los equipos contribuyen a promover el bienestar psicológico. La salud mental de estos profesionales es una cuestión colectiva e institucional que requiere políticas públicas y mejoras estructurales y culturales en el ambiente laboral. Valorar y cuidar la salud mental de los enfermeros es fundamental para garantizar la integralidad y humanización de la atención a la población y la sostenibilidad del Sistema Único de Salud. Este estudio destaca la importancia de comprender el deterioro de salud de estos trabajadores a partir de un análisis crítico que articula factores objetivos y subjetivos, con el fin de construir prácticas de cuidado ético y valorización de los profesionales en la Atención Primaria de Salud.

**Palabras clave:** Salud mental; Enfermera; Estrategia de salud familiar; Ansiedad.

### Afiliação dos autores:

<sup>1</sup>Laila de Barros Arruda, Universidade de Vassouras, Vassouras, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: arrudalaila@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1136-8218>

<sup>2</sup>Mestre em Enfermagem. Docente do Curso de Enfermagem, Universidades de Vassouras, RJ, Brasil. E-mail: alesouza22@yahoo.com.br ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9009-9774>.

<sup>3</sup>Mestre em Ciências Ambientais pela Universidade de Vassouras. Docente do Curso de Enfermagem da Universidade de Vassouras, RJ, Brasil. E-mail: elisangelavass@yahoo.com.br ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-8432-4157>

<sup>4</sup>Docente do Curso de Enfermagem, Universidade de Vassouras, Vassouras, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: sebastiao.goncalves@univassouras.edu.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4228-4641>

<sup>5</sup>Mestre em Enfermagem pela UFF. Docente, Coordenadora do Curso de Enfermagem Universidade de Vassouras, RJ, Brasil. E-mail: liliasrodrigues21@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2979-6316>

<sup>6</sup>Docente do Curso de Enfermagem, Universidade de Vassouras, Vassouras, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: thaina.lima@univassouras.edu.br ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5220-9947>

E-mail de correspondência: [arrudalaila@gmail.com](mailto:arrudalaila@gmail.com)

Recebido em: 23/06/25 Aceito em: 22/08/25

## Introdução

A Estratégia de Saúde da Família (ESF) é reconhecida como uma abordagem de reorientação do modelo assistencial, implementada por meio da criação de equipes multiprofissionais em Unidades Básicas de Saúde (UBS), situadas em áreas geograficamente delimitadas. Diante das diversas demandas de trabalho, tem-se observado que os profissionais dessas equipes estão expostos a fatores de risco psicossociais e ambientais relacionados ao trabalho, o que resulta em sintomas físicos e psicológicos associados ao estresse laboral.<sup>1</sup>

O estresse é uma realidade no dia a dia dos enfermeiros que atuam nas Unidades Básicas de Saúde, originado por fatores como o tipo de ambiente de trabalho, as relações interpessoais, a autonomia profissional, o nível de exigência e a responsabilidade, entre outros. Esse estresse pode resultar em mudanças fisiológicas, emocionais e comportamentais, prejudicando a saúde e o bem-estar desses profissionais.<sup>2</sup>

É importante que os profissionais da enfermagem compreendam as peculiaridades da sua profissão e assim criem táticas que os ajudem a diminuir o desgaste profissional e pessoal, e assim buscar preservar a saúde tanto mental quanto física.<sup>3</sup>

A exposição constante à carga de trabalho, as experiências diárias de sofrimento e estresse, e o prazer derivado de gostar do que se faz, contribuem para o desgaste do profissional, o que pode resultar em problemas de saúde. Por isso, é fundamental que o profissional de enfermagem compreenda as particularidades e as nuances de sua profissão, para poder desenvolver estratégias que ajudem a reduzir o desgaste tanto profissional quanto pessoal, visando preservar sua saúde mental e física.<sup>1</sup>

Estudos destacam o impacto do estresse nos processos cognitivos, essenciais em várias profissões, incluindo a enfermagem, afetando especialmente a atenção e diminuindo as funções cognitivas, particularmente quando se torna crônico. Muitos profissionais resistem em reconhecer os sinais de estresse, o que pode resultar em esgotamento profissional e na Síndrome de Burnout. Essa resistência geralmente está relacionada à falta de consciência sobre seus próprios limites, ao medo de repercussões no trabalho ou na carreira, entre outros fatores.<sup>4</sup>

A saúde mental dos enfermeiros que atuam na Estratégia Saúde da Família (ESF) é um tema de grande relevância, pois esses profissionais enfrentam desafios diários relacionados ao atendimento de comunidades, com recursos limitados e uma carga de trabalho intensa. Esse cenário pode levar ao desenvolvimento de estresse, ansiedade e até transtornos mais graves, como a Síndrome de Burnout. Apesar da importância

desse tema, a literatura sobre os fatores específicos que impactam a saúde mental dos enfermeiros da ESF é escassa, o que evidencia a necessidade de mais estudos direcionados a esse contexto particular.<sup>1</sup>

Além disso, a implementação de estratégias para promover a saúde mental e o bem-estar dos enfermeiros pode resultar em benefícios não apenas para os próprios profissionais, mas também para o sistema de saúde como um todo. Profissionais mentalmente saudáveis tendem a ser mais produtivos, empáticos e menos propensos ao absenteísmo, o que reflete diretamente na qualidade do cuidado prestado aos pacientes.<sup>3</sup>

Este estudo justifica-se pela necessidade de identificar formas eficazes de apoio e intervenção, contribuindo para a criação de ambientes de trabalho mais saudáveis e sustentáveis na Estratégia Saúde da Família, melhorando tanto a qualidade de vida dos enfermeiros quanto os resultados da assistência à saúde.

O objetivo deste estudo é compreender os fatores que impactam a saúde mental dos enfermeiros atuantes na Estratégia Saúde da Família, identificando as causas do adoecimento mental e propondo estratégias para promover o bem-estar e a qualidade de vida desses profissionais no ambiente de trabalho. De forma específica, busca-se identificar os principais fatores de risco que contribuem para o adoecimento mental desses enfermeiros, avaliar a prevalência de sintomas de estresse, ansiedade e depressão entre os profissionais dessa área de atuação, além de propor estratégias de promoção da saúde mental e do bem-estar voltadas para esse público.

## Metodologia

O presente estudo consiste em uma revisão de literatura onde se tem como objetivo investigar a saúde mental do enfermeiro atuante na estratégia de saúde da família. A revisão de literatura consiste em uma estratégia metodológica voltada para a identificação, análise, síntese e interpretação de estudos previamente realizados que guardem relação com o tema investigado. Seu objetivo principal é proporcionar um entendimento aprofundado do que já foi produzido na área, oferecendo suporte teórico à pesquisa atual e revelando lacunas no conhecimento que possam orientar estudos futuros.<sup>5</sup>

Como baseamento teórico para o estudo será utilizada a Teoria Das Relações Interpessoais desenvolvida por Peplau.

“A enfermagem é um processo dinâmico e contínuo, no qual o enfermeiro e o paciente interagem em um esforço para atingir os objetivos terapêuticos, com o objetivo de promover a saúde e o bem-estar do paciente, utilizando as relações interpessoais como um meio essencial de alcançar esses objetivos.”<sup>6</sup>

Para o desenvolvimento deste estudo, foi utilizada

a estratégia PICO, a qual orientou a construção da pergunta de pesquisa. Considerou-se como população (P) os enfermeiros atuantes na Estratégia de Saúde da Família (ESF); como intervenção (I), a identificação dos fatores que influenciam a saúde mental desses profissionais e as estratégias voltadas à promoção do bem-estar psicológico; não se aplicando a categoria de comparação (C) ao presente estudo; e como desfecho (O), a saúde mental dos enfermeiros e a qualidade da atenção prestada à comunidade.

A partir dessa estrutura, foi elaborada a seguinte pergunta de pesquisa: quais são os principais fatores que influenciam a saúde mental dos enfermeiros atuantes na Estratégia de Saúde da Família e quais estratégias podem ser adotadas para promover o bem-estar psicológico desses profissionais e melhorar a qualidade da atenção à população?

Inicialmente foi realizada uma busca na Base de Dados Biblioteca Virtual de Saúde, utilizando os descritores “Enfermeiro”, “Estresse” e “Estratégia Saúde da Família”, com o objetivo de identificar artigos relevantes para a questão norteadora do trabalho. A pesquisa foi realizada entre janeiro e março de 2025, abrangendo artigos publicados nos últimos 20 anos. O corte temporal foi de 20 anos visto que foram encontrados poucos estudos em cortes temporais inferiores que abordassem a temática do trabalho e que dessem foco a saúde mental dos enfermeiros na ESF e como tratar, prevenir e propor estratégias para esses profissionais.

Foram inicialmente encontrados 21 artigos, dos quais, após a aplicação dos critérios de inclusão (textos completos, publicados entre 2005 e 2025, alinhados à temática) e exclusão (textos incompletos, duplicados, fora do período temporal ou não relacionados ao tema), foram selecionados 13 artigos para leitura completa o que gerou a seleção de 8 artigos para a elaboração deste estudo.

Além disso, para complementar, atualizar e

ampliar a pesquisa foi realizada uma nova busca com os seguintes descritores: “Saúde Mental” and “Enfermagem” and “Atenção Primária”. Após a utilização dos filtros previamente estabelecidos foram identificados 52 artigos no período dos últimos 5 anos. Dentre esses artigos foram selecionados 18 para leitura completa onde foram escolhidos 4 artigos para inclusão neste trabalho.

## Resultados e Discussão

Deste modo, foram encontrados 73 artigos. Após a leitura dos títulos e resumos foram selecionados 31 trabalhos. Na tabela 1, pode observar-se o processo de seleção dos artigos (pareamento dos descritores nas bases de dados e artigos selecionados nas bases de acordo com os critérios estabelecidos).

Os descritores foram pareados nas bases de dados, e os artigos foram selecionados conforme os critérios definidos pelas etapas do protocolo PRISMA, que orienta a condução de revisões sistemáticas e/ou integrativas. A análise dos artigos ocorreu de maneira rigorosa, sendo realizada a leitura completa dos textos para assegurar o cumprimento dos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Ao final desse processo, foram selecionados 12 artigos que atenderam a todos os requisitos definidos para esta revisão.

Para facilitar a compreensão do estudo, foram criados 2 eixos temáticos que abrangem o conteúdo encontrado sobre o tema.

### Fatores que Impactam Negativamente a Saúde Mental dos Enfermeiros na ESF

Os profissionais de Enfermagem exercem uma função essencial na Atenção Primária à Saúde (APS), sendo o primeiro ponto de contato entre a população e os serviços de saúde. No entanto, a APS caracteriza-se por

**Tabela 1.** Processo de seleção de artigos, 2025, Brasil.

DESCRITORES	BDENF	LILACS	MEDLINE	SCIELO	TOTAL	SELECIONADOS
Enfermeiro AND estresse AND estratégia saúde da família	12 (8)	6 (3)	3 (1)	0 (0)	21	14
Saúde menal and Enfermagem and Atenção Primária.	28 (2)	8 (1)	4 (0)	12 (1)	52	17
					73	31

Fonte. Elaborado pelos autores.

ser um ambiente dinâmico e desafiador, no qual esses profissionais enfrentam diversas responsabilidades, incluindo triagem, ações de prevenção e promoção da saúde. Tais exigências podem levar ao aumento dos níveis de estresse e ao esgotamento, comprometendo, assim, a qualidade do cuidado oferecido.<sup>7</sup>

A sobrecarga de atividades e a falta de recursos são fatores que geram estresse entre os enfermeiros. O excesso de carga horária e a necessidade de desempenhar múltiplas funções podem resultar em esgotamento físico e mental, prejudicando o desempenho profissional e a qualidade do processo de trabalho. A falta de suporte adequado e a gestão precária também contribuem para esse quadro, afetando tanto a saúde mental dos enfermeiros quanto a qualidade do atendimento prestado aos usuários.<sup>8</sup>

A síndrome de burnout, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, está estreitamente ligada às condições de trabalho e à percepção de suporte organizacional insuficiente. As relações de trabalho, como a falta de reconhecimento, apoio inadequado e sobrecarga, podem ser preditores significativos desse esgotamento, afetando a saúde mental dos profissionais, especialmente na Atenção Primária à Saúde<sup>9</sup>

A dinâmica de trabalho na Atenção Básica é influenciada tanto por fatores macropolíticos, relacionados à implementação do SUS, quanto por aspectos micropolíticos, que se manifestam nas relações e práticas cotidianas dos enfermeiros. A grande demanda espontânea de usuários, por exemplo, é vista como um reflexo da forma como o sistema de saúde está estruturado, e provoca angústia nos profissionais, que se sentem obrigados a adotar uma abordagem clínica imediatista e sem a devida valorização da escuta ativa.<sup>10</sup>

O controle excessivo sobre os cuidados e a subtração da autonomia dos usuários impõem aos enfermeiros uma prática de cuidado com a qual eles frequentemente não se identificam, o que intensifica o sofrimento moral na profissão.<sup>11</sup>

O aumento das demandas de trabalho na APS, como a grande demanda espontânea de pacientes, é apontado como um grande dificultador na sistematização do cuidado. A constante demanda, aliada a outras tarefas burocráticas, faz com que os enfermeiros optem por encaminhar rapidamente os pacientes para os médicos, em vez de se aprofundar nas práticas de cuidado compartilhado e na construção do vínculo com o usuário. Esse cenário afeta diretamente a qualidade da assistência prestada.<sup>10</sup>

O crescimento do risco de suicídio entre profissionais de Enfermagem é motivo de preocupação, estando comumente associado ao estigma relacionado à busca por ajuda e à dificuldade de acesso a serviços de suporte psicológico. Essa realidade se manifesta em diferentes contextos de atuação, inclusive na Atenção

Primária à Saúde (APS).<sup>7</sup>

Conflitos éticos são frequentemente gerados pela gestão autoritária e impositiva nas unidades de saúde, o que afeta diretamente a dinâmica de trabalho dos enfermeiros, contribuindo para o aumento da angústia moral desses profissionais.<sup>11</sup>

As cargas psíquicas se tornam evidentes em situações nas quais os profissionais estão expostos a condições adversas no ambiente de trabalho, como a necessidade de manter atenção constante sob supervisão rigorosa, a pressão exercida por chefias e colegas, a exigência de realizar horas extras e assumir plantões prolongados. Outros fatores que contribuem são a ausência de uma comunicação eficaz, o estresse contínuo, o cansaço físico e mental, a insatisfação profissional, o ritmo acelerado de atividades, bem como tarefas monótonas e repetitivas. Além disso, a falta de estímulo à criatividade e à autonomia, o consumo abusivo de álcool e drogas, e a ausência de estratégias coletivas de enfrentamento também influenciam negativamente o bem-estar psíquico desses trabalhadores.<sup>12</sup>

Os profissionais da Estratégia de Saúde da Família (ESF) frequentemente atuam em ambientes que podem ser perigosos, insalubres e repletos de riscos à saúde. Essas condições, somadas às pressões e às demandas inerentes ao trabalho, aumentam a probabilidade de desenvolvimento da Síndrome de Burnout e de outras doenças ocupacionais.<sup>13</sup>

Os profissionais de enfermagem vêm enfrentando adoecimento tanto físico quanto mental, e, diante dessa realidade, muitos recorrem ao uso de substâncias psicoativas (SPA) como uma forma de enfrentamento. Esse comportamento pode estar relacionado a dificuldades pessoais oriundas do contexto fora do ambiente de trabalho, mas também a fatores presentes no espaço ocupacional. Entre esses, destacam-se a falta de autonomia nas decisões, o insuficiente suporte institucional e as fragilidades no relacionamento entre médicos e enfermeiros, todos elementos que contribuem para o aumento do consumo dessas substâncias.<sup>14</sup>

Os trabalhadores que se encontram esgotados tendem a recorrer com mais frequência a estratégias individuais de enfrentamento, como a evasão. Observa-se que esses profissionais se voltam para si mesmos, buscando seus próprios recursos internos; contudo, essa fuga acaba sendo uma forma de tentar lidar com a situação difícil, embora frequentemente conduza ao aumento do sofrimento e da frustração no ambiente de trabalho.<sup>15</sup>

O álcool, o tabaco e os sedativos são as substâncias mais frequentemente utilizadas pelos profissionais de enfermagem. Observa-se que, quanto mais desfavoráveis forem as condições do ambiente de trabalho, especialmente no que diz respeito ao relacionamento com médicos, ao suporte organizacional e à autonomia, maior tende a ser o consumo dessas

substâncias psicoativas. Por isso, torna-se evidente a necessidade de oferecer aos enfermeiros, tanto na atenção básica quanto nas instituições hospitalares, um ambiente de trabalho que favoreça o desenvolvimento de suas atividades. Essas condições contribuem significativamente para a manutenção da saúde física e mental desses profissionais.<sup>14</sup>

Os profissionais que atuam nesse modelo de atenção à saúde estão diretamente expostos à realidade das comunidades, onde os recursos disponíveis são limitados para atender às diversas e complexas necessidades encontradas. A essa situação somam-se algumas deficiências na rede de atenção à saúde, que acabam impactando o trabalho desses profissionais e comprometendo a efetividade das ações realizadas.<sup>13</sup>

Os enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família enfrentam um processo de sofrimento moral, resultado das limitações institucionais e econômicas do SUS. Essas condições influenciam a forma como eles percebem e lidam com os dilemas éticos no contexto do trabalho, moldando a prática do cuidado de maneira singular.<sup>11</sup>

## **Estratégias, Recursos e Práticas para a Promoção da Saúde Mental dos Enfermeiros**

O Sistema Único de Saúde (SUS) baseia-se em princípios como integralidade, universalidade e equidade no atendimento. Nesse contexto, os enfermeiros têm a responsabilidade de trabalhar com uma visão ampliada da saúde, que vai além da doença, reconhecendo a importância de fatores determinantes como alimentação, habitação, educação e lazer. O trabalho desses profissionais busca promover a saúde coletiva e individual, utilizando processos que envolvem educação em saúde, construção de ambientes saudáveis e a participação ativa na identificação das necessidades de saúde da comunidade.<sup>8</sup>

Os enfermeiros que prestam cuidados a pessoas com transtornos mentais e suas famílias costumam vivenciar sentimentos de realização e satisfação profissional. Isso ocorre porque reconhecem, com clareza, o significado e a importância das atividades que executam. Nesse contexto, uma pesquisa realizada com profissionais de Enfermagem revelou que a sensação de satisfação está diretamente ligada ao compromisso com a profissão, especialmente por atuarem diretamente na promoção e recuperação da saúde de outras pessoas.<sup>16</sup>

Na consulta de enfermagem, por exemplo, é possível identificar as necessidades de saúde do paciente, o que orienta a aplicação do processo de enfermagem, estimulando ações de promoção, prevenção e recuperação da saúde. Esse processo, além de estruturar

metodologicamente o trabalho do enfermeiro e subsidiar um cuidado sistematizado, também impacta diretamente a saúde mental do profissional. Na Estratégia de Saúde da Família (ESF), onde o enfermeiro lida com realidades complexas e demandas intensas da comunidade, a organização do cuidado por meio da consulta possibilita maior clareza, planejamento e controle das ações. Isso contribui para reduzir a sobrecarga emocional, fortalecer o vínculo com o paciente e oferecer um ambiente mais equilibrado para o exercício da profissão, promovendo, assim, a preservação da saúde mental do enfermeiro.<sup>17</sup>

Para enfrentar as dificuldades e tensões geradas pelas transformações na ESF, é essencial que haja um diálogo constante entre os membros das equipes de saúde e entre as necessidades da comunidade. Esse processo de interlocução permite o desenvolvimento de estratégias criativas para lidar com o burnout, equilibrando as necessidades sociais com os interesses dos profissionais, o que contribui para a melhoria da saúde mental no ambiente de trabalho.<sup>9</sup>

Levando em conta que a satisfação está fortemente ligada à subjetividade, às emoções e aos sentimentos de cada indivíduo, ela se mostra como um fenômeno dinâmico, ativo e complexo. Sua construção depende da percepção pessoal e das necessidades particulares, que variam em grau de relevância entre os indivíduos. Por esse motivo, a satisfação influencia diretamente a qualidade de vida do profissional, afeta a efetividade do serviço prestado e pode ser entendida como algo próximo ao prazer e à sensação de gratificação.<sup>16</sup>

A equipe de enfermagem desempenha diversas funções que exigem alto nível de responsabilidade e dedicação. No entanto, dependendo das condições do ambiente de trabalho, da forma como as atividades são organizadas e planejadas, além da formação e capacitação dos profissionais para exercerem suas atribuições, esses trabalhadores podem ser expostos a riscos psicossociais significativos. Tais fatores, quando não bem gerenciados, podem desencadear estresse e comprometer a saúde mental dos envolvidos.<sup>12</sup>

Na área da saúde mental, ainda persiste um certo desequilíbrio entre os aspectos biológicos e psicossociais dos transtornos mentais. Encontrar um ponto de equilíbrio entre essas dimensões tem se mostrado um desafio, o que acaba refletindo nos processos de formação dos profissionais de Enfermagem. Esses, por sua vez, buscam constantemente se aperfeiçoar, especialmente no que diz respeito às práticas cotidianas voltadas à atenção em saúde mental no contexto comunitário.<sup>16</sup>

Ao ingressar na Estratégia de Saúde da Família (ESF), é importante que os profissionais recebam treinamento específico para atuar de acordo com as diretrizes desse modelo de atenção do Sistema Único de Saúde (SUS). No entanto, fatores como o perfil inadequado dos trabalhadores, o excesso de cooperativismo, a falta de capacitação, a remuneração

baixa e a ausência de uma política eficiente de recursos humanos dificultam a construção de um sistema de saúde universal, integral e justo. Essas questões podem gerar sentimentos de frustração profissional entre os trabalhadores.<sup>13</sup>

É fundamental reconhecer que a habilidade relacional é um elemento indispensável na formação de enfermeiros que atuam na gestão. O desenvolvimento dessas competências favorece não apenas a qualidade da liderança, mas também a capacidade do enfermeiro de perceber, acolher e se manter conectado às necessidades da equipe de trabalho, fortalecendo o sentimento de pertencimento e coesão no grupo. Além disso, essas habilidades contribuem diretamente para a preservação da saúde mental do próprio enfermeiro, ao promover um ambiente de trabalho mais empático, colaborativo e equilibrado emocionalmente, reduzindo os impactos do estresse e da sobrecarga típicos da prática profissional.<sup>18</sup>

A enfermagem tem conquistado cada vez mais espaço no campo da saúde, o que possibilita a preservação de suas características fundamentais, mesmo diante das transformações tecnológicas. Observa-se que suas práticas envolvem o planejamento das ações em saúde, a busca por soluções eficazes nos serviços prestados e a atuação além das unidades de saúde, com foco na atenção integral ao indivíduo. No entanto, a carência de suporte por parte da equipe e do sistema de saúde revela fragilidades que merecem atenção especial, promovendo reflexões importantes sobre os desafios enfrentados no cotidiano do trabalho em saúde.<sup>12</sup>

É importante destacar que os temas relacionados à saúde do trabalhador precisam ser amplamente debatidos tanto nos locais de trabalho quanto nos espaços de formação profissional. Acredita-se que, por meio dessas discussões, seja possível promover a saúde ocupacional e incentivar que as relações entre o trabalho e o trabalhador ocorram de forma harmoniosa e protegida.<sup>13</sup>

## Conclusão

A partir da discussão apresentada, é possível compreender que os profissionais de enfermagem atuantes na Atenção Primária à Saúde (APS) enfrentam um cenário de múltiplos desafios que afetam diretamente sua saúde mental e qualidade de vida no trabalho. As condições laborais precárias, a sobrecarga de funções, a escassez de recursos e a exigência constante de lidar com demandas físicas e emocionais intensas contribuem de forma significativa para o surgimento da síndrome de burnout e outros transtornos psicológicos nesse grupo profissional.

Além dos aspectos estruturais, como a falta de capacitação adequada, baixa remuneração e ausência de suporte institucional, também se destacam fatores

subjetivos e relacionais, como o sofrimento moral, os conflitos éticos, a desvalorização do trabalho e a pressão exercida por chefias autoritárias. Esses elementos criam um ambiente hostil, no qual o profissional se vê, muitas vezes, obrigado a adotar estratégias individuais de enfrentamento, como o isolamento, a evasão emocional e, em casos mais graves, o uso de substâncias psicoativas, para suportar a carga psíquica a que está submetido. Esse tipo de enfrentamento, embora compreensível, revela a fragilidade das redes institucionais de apoio e o descaso histórico com a saúde mental dos trabalhadores da saúde.

Por outro lado, também se identificam caminhos possíveis de resistência e ressignificação da prática profissional. A satisfação no trabalho, quando presente, está fortemente associada à construção de vínculos com os usuários, ao reconhecimento do impacto positivo do cuidado oferecido, ao desenvolvimento de relações de confiança entre os membros da equipe e à possibilidade de exercer a profissão com autonomia e criatividade. Estratégias como a sistematização da consulta de enfermagem, a escuta ativa, o planejamento coletivo das ações e o fortalecimento do trabalho em equipe são apontadas como importantes instrumentos para a promoção do bem-estar psíquico do enfermeiro.

A discussão também evidencia que a saúde mental dos profissionais de enfermagem não deve ser tratada apenas como um problema individual, mas como uma questão coletiva e institucional. Torna-se urgente promover políticas públicas e ações intersetoriais que valorizem o trabalhador da saúde, garantindo condições dignas de trabalho, apoio psicológico contínuo, espaços de escuta e diálogo nas unidades de saúde, bem como o reconhecimento efetivo do papel fundamental desses profissionais no sistema de saúde. Para tanto, é necessário que os gestores e formuladores de políticas públicas considerem a complexidade da prática de enfermagem na APS, propondo medidas que envolvam não apenas mudanças estruturais, mas também a transformação da cultura organizacional das instituições.

A relevância desta discussão se reforça ao considerar a função estratégica que os profissionais de enfermagem desempenham na consolidação dos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente no que se refere à integralidade e à humanização do cuidado. Portanto, cuidar da saúde mental desses trabalhadores é, também, cuidar da qualidade do serviço oferecido à população e da sustentabilidade do próprio sistema.

Comparado a outros estudos que abordam o adoecimento na área da saúde, este trabalho se destaca por oferecer uma abordagem ampliada, que articula fatores objetivos e subjetivos, estruturais e simbólicos, propondo uma análise crítica das condições de trabalho na APS e seus impactos sobre a saúde mental dos enfermeiros. Ao fazê-lo, contribui de maneira

significativa para a construção de saberes e práticas comprometidas com o cuidado ético e com a valorização dos trabalhadores do SUS.

## Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse de nenhuma natureza.

## Referências

1. Leonelli LB, Nascimento Sobrinho CL, Lopes Neto D, Rocha MG, Oliveira AGB. Estresse percebido em profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Rev Bras Epi-demiol.* 2017;20:286–98.
2. De Oliveira Lima LA, Junior PLD, De Oliveira Gomes OV. Saúde mental e esgotamento profissional: um estudo qualitativo sobre os fatores associados à Síndrome de Burnout entre profissionais da saúde. *Bol Conjuntura (BOCA).* 2023;16(47):264–83.
3. Barros S, Santos JLF, Tavares JP, Siqueira AC. Ações de saúde mental do enfermeiro em unidade básica de saúde. *Rev Esc Enferm USP.* 1987;21(3):255–62.
4. De Figueiredo Siqueira GF, Araújo ACPF, Lima FET, Fernandes MGM, Reboças CBA. Trabalho do enfermeiro na atenção primária em saúde: conhecimento dos fatores estressores. *Rev Cienc Saúde Nova Esperança.* 2013;11(2):72–85.
5. Bento A. Como fazer uma revisão da literatura: considerações teóricas e práticas. *Rev JA Assoc Acad Univ Madeira.* 2012;7(65):42–4.
6. Peplau HE. Interpersonal relations in nursing. *Am J Nurs.* 1952;52(6):765.
7. Bertussi VC, Carvalho AGN, Bernardes RM, Moura LA, Moura LKB. Risco de suicídio na enfermagem e sua relação com as atitudes de assistência segura. *Cogitare Enferm.* 2024;29:e92477.
8. Fontana RT, Siqueira KI. O trabalho do enfermeiro em saúde coletiva e o estresse: análise de uma realidade. *Cogitare Enferm.* 2009;14(3):491–8.
9. Feliciano KVO, Kovacs MH, Sarinho SW. Superposição de atribuições e autonomia técnica entre enfermeiras da Estratégia Saúde da Família. *Rev Saúde Pública.* 2010;44:520–7.
10. Dantas SGMR. O processo de trabalho da enfermeira: uma análise sobre a sistematização da assistência de enfermagem no atendimento à demanda espontânea na estratégia saúde da família na perspectiva da micropolítica [dissertação]. 2019.
11. Caçador BS. Processo de angústia/sofrimento moral em enfermeiros da estratégia saúde da família: cartografia da produção de subjetividades [dissertação]. 2016.
12. Penaforte KL, Araújo ST. Riscos psicossociais relacionados ao trabalho: percepção dos profissionais de enfermagem. *Rev Enferm UFPE on line.* 2016;10(11):3831–9.
13. Trindade LL, Lautert L. Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. *Rev Esc Enferm USP.* 2010;44:274–9.
14. Scholze AR, Kirchner RM, Backes MT, Vahl BR. Uso de substâncias psicoativas entre profissionais da enfermagem da atenção básica e instituição hospitalar. *Rev Enferm Cent-Oeste Min.* 2020;10:e0000 (substitua pelo número do e-locator se houver).
15. Trindade LL, Silva THD, Moser ADL, Beck CLC, Prestes FC. Estresse e síndrome de burnout entre trabalhadores da equipe de Saúde da Família. *Acta Paul Enferm.* 2023;23:684–9.
16. Nóbrega MPSS, Souza MJL, Vieira KFL, Cavalcanti MN. Prazer-sofrimento de enfermeiros no cuidado à pessoa com transtorno mental e à família. *REME Rev Min Enferm.* 2021;25:e1411.
17. Tavares JH, Souza NP, Lima ARO, Lima LPD, Araújo LKC. Saúde mental: representações sociais dos enfermeiros da estratégia saúde da família. *Rev Pesqui (Univ Fed Estado Rio J, Online).* 2023;15:e11984.

18. Rocha BS, Munari DB. Avaliação da competência interpessoal de enfermeiros co-ordenadores de equipe na saúde da família. *Rev Enferm Atenção Saúde.* 2013;2(3):1–10.