Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação — REASE

doi.org/10.51891/rease.v12i11.31704

ESTRATÉGIAS UTILIZADAS PELAS INSTITUIÇÕES DE SAÚDE PARA PROMOVER A SAÚDE MENTAL DOS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM: REVISÃO INTEGRATIVA

STRATEGIES USED BY HEALTHCARE INSTITUTIONS TO PROMOTE THE MENTAL HEALTH OF NURSING WORKERS: INTEGRATIVE REVIEW

ESTRATEGIAS UTILIZADAS POR LAS INSTITUCIONES DE SALUD PARA PROMOVER LA SALUD MENTAL DE LOS TRABAJADORES DE ENFERMERÍA: REVISIÓN INTEGRADORA

Nediane Bezerra dos Santos[1]
José Augustinho Mendes Santos[2]
Jussara Lima da Silva[3]
Luís Filipe Dias Bezerra[4]
Manoel Holanda Soares[5]

RESUMO: Este estudo teve como objetivo identificar, na literatura científica, as estratégias utilizadas pelas instituições de saúde para promover a saúde mental dos trabalhadores de enfermagem. Trata-se de revisão integrativa, com busca nas bases LILACS, MEDLINE (via PubMed), BDENF e SciELO, de estudos publicados entre 2021 e 2026. Das 530 publicações identificadas, 10 compuseram a amostra, sendo seis revisões de literatura e quatro estudos transversais. As estratégias institucionais descritas foram a reorganização do trabalho com dimensionamento adequado de pessoal, o apoio psicológico e psicossocial, o rastreamento da saúde mental, a escuta e a comunicação com a gestão e as políticas institucionais de saúde do trabalhador. Predominaram recomendações, e nenhum dos estudos incluídos foi delineado para avaliar a efetividade de programas institucionais implantados. As instituições de saúde precisam converter essas recomendações em ações permanentes e avaliadas de proteção à saúde mental da enfermagem.

Palavras-chave: Enfermagem. Promoção da saúde. Saúde mental.

ABSTRACT: This study aimed to identify, in the scientific literature, the strategies used by health institutions to promote the mental health of nursing workers. This is an integrative review, with searches in the LILACS, MEDLINE (via PubMed), BDENF and SciELO databases, of studies published between 2021 and 2026. Of the 530 publications identified, 10 made up the sample: six literature reviews and four cross-sectional studies. The institutional strategies described were work reorganization with adequate staffing, psychological and psychosocial support, mental health screening, listening and communication with management, and institutional occupational health policies. Recommendations predominated, and none of the included studies was designed to evaluate the effectiveness of implemented institutional programs. Health institutions need to turn these recommendations into permanent and evaluated actions to protect the mental health of nursing staff.

Keywords: Nursing. Health promotion. Mental health.

[1] Discente do curso de Bacharelado em Enfermagem da Faculdade São Vicente de Pão de Açúcar (FASVIPA).
[2] Enfermeiro, Doutorando em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília (UnB). Professor da Faculdade São Vicente de Pão de Açúcar (FASVIPA).
[3] Enfermeira. Especialista em Saúde Pública e Serviço Social pela Faculdade FACUMINAS. Professora da Faculdade São Vicente de Pão de Açúcar (FASVIPA).
[4] Enfermeiro. Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal de Alagoas (UFAL). Professor da Faculdade São Vicente de Pão de Açúcar (FASVIPA).
[5] Enfermeiro, Mestre em Ensino e Formações de Professores - PPGEFOP UFAL. Coordenador Pedagógico e Professor do Curso de Bacharel em Enfermagem da Faculdade São Vicente de Pão de Açúcar (FASVIPA).

RESUMEN: Este estudio tuvo como objetivo identificar, en la literatura científica, las estrategias utilizadas por las instituciones de salud para promover la salud mental de los trabajadores de enfermería. Se trata de una revisión integradora, con búsqueda en las bases LILACS, MEDLINE (vía PubMed), BDENF y SciELO, de estudios publicados entre 2021 y 2026. De las 530 publicaciones identificadas, 10 compusieron la muestra: seis revisiones de literatura y cuatro estudios transversales. Las estrategias institucionales descritas fueron la reorganización del trabajo con dotación adecuada de personal, el apoyo psicológico y psicosocial, el tamizaje de la salud mental, la escucha y la comunicación con la gestión y las políticas institucionales de salud del trabajador. Predominaron las recomendaciones, y ninguno de los estudios incluidos fue diseñado para evaluar la efectividad de programas institucionales implementados. Las instituciones de salud necesitan transformar estas recomendaciones en acciones permanentes y evaluadas de protección de la salud mental del personal de enfermería.

Palabras clave: Enfermería. Promoción de la salud. Salud mental.

1 INTRODUÇÃO

A enfermagem, que reúne auxiliares de enfermagem (formação atualmente extinta no país), técnicos em enfermagem (formados em curso técnico) e enfermeiros (formados no ensino superior), é a maior categoria profissional do setor saúde. Está presente em todos os municípios e profundamente integrada ao Sistema Único de Saúde (SUS), com mais de dois milhões e meio de profissionais no país, segundo o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) em 2022 (Araújo; Freitas, 2024).

Os profissionais de enfermagem enfrentam continuamente exigências organizacionais e pessoais que afetam sua saúde física, mental e emocional. Essa circunstância os torna mais suscetíveis a comportamentos aditivos vinculados ao trabalho, com repercussões que podem conduzir ao sofrimento psicológico e comprometer o desempenho profissional. A multiplicidade de responsabilidades predispõe a categoria ao trabalho excessivo, ao vício em trabalho (*workaholism*) e a um ambiente que favorece o estresse percebido e o estresse traumático secundário (Barbosa *et al.*, 2024).

A complexidade dos cuidados prestados, as condições de trabalho, a falta de reconhecimento profissional, os baixos salários e as jornadas longas e exaustivas impostas pelas instituições de saúde estão entre as principais fontes de desgaste desses trabalhadores (Moura *et al.*, 2022). Essa suscetibilidade a problemas de saúde mental está vinculada a longas jornadas, falta de equipamentos e de apoio organizacional, fragilidade nas políticas de cargos e salários e dificuldades na implementação do piso salarial da categoria, especialmente no setor privado (Jesus *et al.*, 2025).

Os Transtornos Mentais Comuns (TMC), também denominados Transtornos Mentais Menores (TMM), consistem em um conjunto de sintomas não psicóticos, usualmente associados a quadros subclínicos de ansiedade, depressão e estresse, com sérios impactos na

qualidade de vida. Para os profissionais de enfermagem, que permanecem ao lado dos pacientes nas 24 horas e cujo trabalho envolve o cuidado direto com vidas humanas, esses transtornos podem ter consequências ainda mais graves (Araújo; Freitas, 2024).

Embora não constituam categoria diagnóstica específica, os TMC correspondem a transtornos descritos na Classificação Internacional de Doenças (CID-10) e no Manual Diagnóstico e Estatístico (DSM) e se expressam por insônia, ansiedade, fadiga, irritabilidade, humor deprimido, dificuldade de concentração e queixas somáticas (Jesus *et al.*, 2025). Os fatores de estresse ligados ao trabalho, como o cuidado aos pacientes, os conflitos na equipe, a sobrecarga de tarefas e a falta de autonomia, já descritos na literatura, foram intensificados pela pandemia de COVID-19 na rotina desses profissionais (Vargas *et al.*, 2023).

A Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho reconhece a importância de as organizações avaliarem e gerenciarem os fatores psicossociais. Nesse contexto, o PRIMA-EF (*The European Framework for Psychosocial Risk Management*) orienta a gestão desses riscos e destaca o conteúdo do trabalho, a carga e o ritmo laboral, o controle sobre as atividades, o ambiente físico e os equipamentos, a cultura e a função organizacionais, as relações interpessoais, as perspectivas de carreira e a interface entre vida profissional e pessoal (Pousa; Lucca, 2021).

As associações nacionais têm papel relevante na garantia de serviços de saúde mental aos profissionais de saúde, e cabe aos governos estabelecer diretrizes para a organização, a implementação e o monitoramento das políticas públicas nessa área. Também se recomenda o encaminhamento a psicoterapeutas, psiquiatras e psicólogos, inclusive por atendimento remoto, dos profissionais que apresentem sinais de estresse (Góes *et al.*, 2023).

Diante desse cenário, este estudo teve como objetivo identificar, na literatura científica, as estratégias utilizadas pelas instituições de saúde para promover a saúde mental dos trabalhadores de enfermagem.

2 MÉTODO

Trata-se de revisão integrativa da literatura, método que permite sintetizar o conhecimento produzido por estudos com diferentes abordagens metodológicas, identificar lacunas e subsidiar a prática e novas investigações. O percurso seguiu as seis etapas propostas por Mendes, Silveira e Galvão (2008): identificação do tema e elaboração da questão de pesquisa; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão e busca na literatura; definição das

informações a serem extraídas; avaliação crítica dos estudos incluídos; interpretação dos resultados; e apresentação da revisão e síntese do conhecimento.

2.1 Questão de pesquisa e estratégia PICo

Esta revisão direciona o foco para as estratégias institucionais implementadas pelas instituições de saúde, e não para as estratégias individuais dos trabalhadores. Essa especificidade foi incorporada ao elemento Interesse da estratégia PICo (Quadro 1), empregada na elaboração da questão norteadora: "Quais estratégias têm sido utilizadas pelas instituições de saúde para promover a saúde mental dos trabalhadores de enfermagem?"

Quadro 1 – Estratégia PICo utilizada na elaboração da questão de pesquisa.

Elemento	Descrição
P: População/Participantes	Trabalhadores de enfermagem (enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem)
I: Interesse/Fenômeno de interesse	Estratégias institucionais/organizacionais utilizadas pelas instituições de saúde para promover a saúde mental dos trabalhadores
Co: Contexto	Ambiente de prestação de serviços de saúde (instituições e serviços de saúde empregadores)

2.2 Fontes de busca

A busca foi realizada em agosto de 2026 nas bases Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE, via PubMed), Base de Dados em Enfermagem (BDENF) e Scientific Electronic Library Online (SciELO).

2.3 Descritores e cruzamento das buscas

Os termos de busca foram identificados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH) e combinados pelos operadores booleanos AND e OR: "Saúde Mental" AND "Enfermagem" AND "Serviços de Saúde" AND "Promoção da Saúde" (em inglês, "Mental Health" AND "Nursing" AND "Health Services" AND "Health Promotion"), de modo a privilegiar estudos que descrevessem a ação das instituições de saúde.

A estratégia geral foi adaptada à sintaxe de cada base (campos específicos e vocabulário controlado), conforme o Quadro 2.

Quadro 2 – Estratégia de busca aplicada em cada base de dados.

Base de dados	Estratégia de busca
LILACS (BVS)	(“Saúde Mental” OR “Mental Health”) AND (“Enfermagem” OR “Nursing”) AND (“Serviços de Saúde” OR “Health Services”) AND (“Promoção da Saúde” OR “Health Promotion”)
MEDLINE (PubMed)	(“Mental Health”[Mesh]) AND (“Nursing”[Mesh] OR “Nursing Staff”[Mesh]) AND (“Health Services”[Mesh]) AND (“Health Promotion”[Mesh])
BDENF (BVS)	(“Saúde Mental”) AND (“Enfermagem”) AND (“Serviços de Saúde”) AND (“Promoção da Saúde”)
SciELO	(“Saúde Mental” OR “Mental Health”) AND (“Enfermagem” OR “Nursing”) AND (“Serviços de Saúde” OR “Health Services”) AND (“Promoção da Saúde” OR “Health Promotion”)

2.4 Critérios de inclusão e exclusão

Foram incluídos estudos primários e revisões de literatura, disponíveis em texto completo, publicados em português entre 2021 e 2025, que descrevessem ou recomendassem estratégias institucionais ou organizacionais voltadas à saúde mental dos trabalhadores de enfermagem. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor, resumos publicados em anais de eventos, teses, dissertações, publicações duplicadas entre as bases e estudos que abordassem apenas estratégias individuais dos próprios trabalhadores, sem relação com a ação institucional. A inclusão de revisões de literatura justifica-se pela escassez de estudos primários que descrevam ou avaliem estratégias institucionais voltadas à saúde mental da enfermagem, cujas recomendações se concentram em estudos de síntese. Para evitar a dupla contagem de evidências, os estudos incluídos em cada revisão foram comparados entre si e com os demais estudos da amostra.

2.5 Processo de seleção dos estudos

A seleção seguiu as recomendações do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) (Page *et al.*, 2021) e foi conduzida por dois revisores, de forma independente, em três etapas: leitura de títulos e resumos, leitura na íntegra dos estudos pré-

selecionados e inclusão final. As divergências foram resolvidas por um terceiro avaliador. O processo está representado no fluxograma da Figura 1, na seção de Resultados.

2.6 Extração, organização dos dados, análise e síntese dos resultados

Para a extração dos dados, utilizou-se o instrumento validado por Ursi (2005), que contempla identificação do estudo (título, periódico, autores, ano de publicação, idioma e país), instituição sede, tipo de publicação, características metodológicas (delineamento, objetivo, amostra e intervenção ou estratégia avaliada), rigor metodológico e nível de evidência. A síntese dos estudos incluídos é apresentada no Quadro 3, na seção de Resultados.

Os dados extraídos foram analisados de forma descritiva, e as estratégias institucionais identificadas foram agrupadas em categorias temáticas. O nível de evidência de cada estudo foi classificado segundo a hierarquia de sete níveis proposta por Melnyk e Fineout-Overholt (2011).

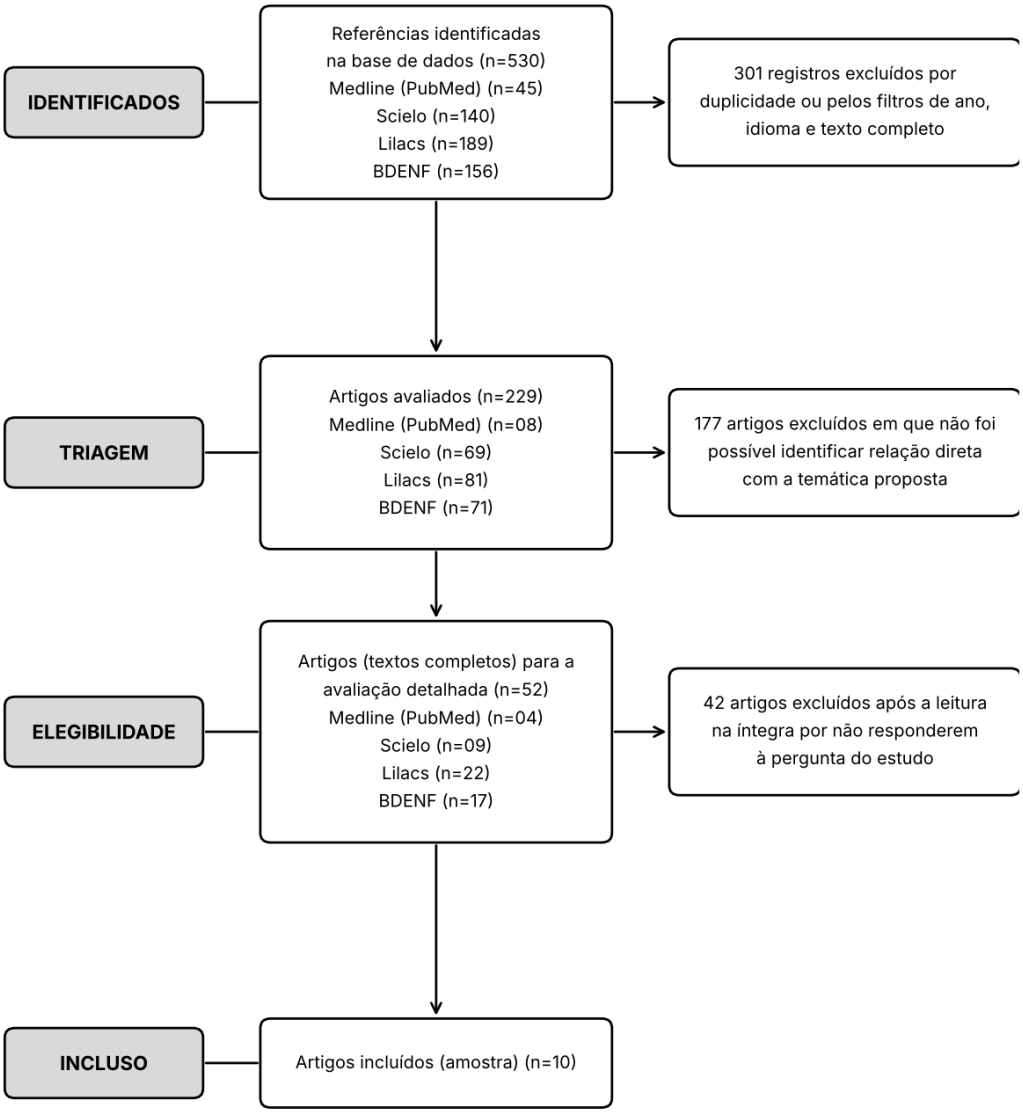
2.7 Aspectos éticos e uso de inteligência artificial

Por se tratar de revisão de estudos de domínio público, a pesquisa dispensou apreciação por Comitê de Ética em Pesquisa. Foram respeitados os princípios de integridade científica e de propriedade intelectual, com a devida atribuição de autoria aos estudos utilizados. Utilizou-se a ferramenta de inteligência artificial Claude (Anthropic) como apoio na revisão ortográfica e gramatical, na conferência das referências e na verificação da consistência interna do manuscrito. Todo o conteúdo foi revisado pelos autores, que assumem integral responsabilidade pelo texto.

3 RESULTADOS

A busca nas bases de dados identificou 530 publicações (LILACS, 189; BDENF, 156; SciELO, 140; MEDLINE, 45). Na etapa de identificação, 301 registros foram excluídos por duplicidade entre as bases ou pela aplicação dos filtros de ano, idioma e texto completo, e 229 seguiram para a leitura de títulos e resumos, dos quais 177 foram excluídos por não apresentarem relação direta com a temática. Os 52 estudos restantes foram lidos na íntegra, e 42 foram excluídos por não responderem à questão norteadora, resultando em 10 estudos incluídos, conforme a Figura 1.

Figura 1 – Fluxograma do processo de seleção dos estudos conforme PRISMA.



Fonte: Elaborado pelo autor, 2026.

Os 10 estudos incluídos foram publicados entre 2021 e 2025: três em 2022, três em 2023, dois em 2024, um em 2021 e um em 2025. Todos são de autoria brasileira. Quanto ao delineamento, seis eram revisões de literatura (três integrativas, duas de escopo e uma sistemática) e quatro eram estudos transversais (Quadro 3). As seis revisões reuniram 113 publicações e sete documentos técnicos, sem sobreposição entre elas, e nenhum dos quatro estudos transversais da amostra constava entre os estudos incluídos nessas revisões.

As estratégias institucionais identificadas foram agrupadas em cinco categorias. A reorganização do trabalho, com dimensionamento adequado de pessoal, pausas e redistribuição das cargas, apareceu em quatro estudos (E1, E3, E4, E8). O apoio psicológico e psicossocial

oferecido pela instituição foi descrito em quatro estudos (E3, E4, E7, E10). O rastreamento e o monitoramento da saúde mental dos trabalhadores constaram em quatro estudos (E5, E6, E8, E10). A escuta, a comunicação com a chefia e a participação dos trabalhadores foram citadas em quatro estudos (E4, E7, E8, E10). As políticas institucionais e públicas de saúde do trabalhador, incluindo a prevenção da violência no trabalho, foram mencionadas em dois estudos (E2, E9).

Em todos os estudos, as estratégias apareceram como recomendações dos autores ou como achados de revisões, e nenhum teve delineamento voltado à avaliação da efetividade de programas institucionais implantado.

Quadro 3 – Caracterização dos estudos incluídos na revisão integrativa, segundo o instrumento validado por Ursi (2005).

Cód.	Título/Periódico/ Autores/Ano/País	Delineamento do estudo	Objetivo	Principais estratégias institucionais identificadas	Nível de evidência
E1	Prevalência de transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de centros de materiais e esterilização. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental. Araújo; Freitas 2024/Brasil	Estudo quantitativo, descritivo e transversal, com 105 profissionais de enfermagem de quatro CME do Distrito Federal.	Este estudo teve como objetivo identificar a prevalência de Transtornos Mentais Comuns em profissionais de enfermagem de Centros de Materiais e Esterilização do Distrito Federal e associá-la a variáveis sócio-demográficas e laborais.	Ações de promoção da saúde mental e prevenção de doenças planejadas pela gestão; dimensionamento adequado de pessoal para evitar sobrecarga.	Nível VI
E2	Fatores associados ao workaholism na saúde mental de enfermeiros: revisão integrativa. Rev. Latino-Am. Enfermagem. BARBOSA et al. 2024/Brasil	Revisão integrativa (11 estudos).	Sintetizar as principais evidências científicas disponíveis sobre os fatores associados ao workaholism na saúde mental de enfermeiros.	Orientação dos gestores para estratégias preventivas no local de trabalho; abordagem do workaholism como problema da organização do trabalho; políticas de saúde do trabalhador para a enfermagem.	Nível V
E3	COVID-19 e o estresse ocupacional vivenciado pelos profissionais de saúde no contexto hospitalar: revisão integrativa. Rev Bras Enferm. COSTA; SERVO; FIGUEREDO. 2022/Brasil	Revisão integrativa (26 referências).	Analisar as publicações científicas brasileiras e internacionais acerca do estresse vivenciado pelos profissionais de saúde no contexto hospitalar durante a pandemia de COVID-19.	Dimensionamento da equipe com pausas e afastamento em caso de adoecimento; apoio psicológico institucional; garantia de EPI e protocolos de paramentação.	Nível V
E4	Estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para enfermagem diante da pandemia da covid-19. Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro GÓES et al. 2023/Brasil	Revisão integrativa (48 estudos).	Identificar a produção científica sobre estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para profissionais de enfermagem diante da pandemia da covid-19.	Acolhimento, escuta ativa, reconhecimento social, oferta de serviços de saúde mental, melhoria da organização do trabalho e canal de comunicação aberto com a chefia.	Nível V
E5	Prevalência e fatores associados aos Transtornos Mentais Menores em profissionais de enfermagem de pronto atendimento. Journal Health NPEPS. JESUS et al. 2025/Brasil	Estudo observacional, transversal, descritivo e quantitativo.	Analisar a prevalência e os fatores associados com os Transtornos Mentais Menores (TMM) entre profissionais de enfermagem de uma unidade de pronto atendimento.	Rastreamento dos transtornos mentais menores na equipe e medidas preventivas de promoção da saúde mental.	Nível VI

Cód.	Título/Periódico/ Autores/Ano/País	Delineamento do estudo	Objetivo	Principais estratégias institucionais identificadas	Nível de evidência
E6	Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência. Acta Paul Enferm. MOURA et al. 2022/Brasil	Estudo observacional, transversal e quantitativo, com 302 profissionais.	Analisar as variáveis sociodemográficas e de trabalho quanto ao risco de transtorno mental comum em profissionais de enfermagem que atuam em serviços de atenção as urgências e emergências.	Identificação precoce de transtornos mentais comuns; melhoria dos aspectos psicossociais do ambiente de trabalho.	Nível VI
E7	Fatores preditores do sofrimento mental de enfermeiros da atenção hospitalar no contexto da Covid-19. Rev Enferm UFPE. PEIXOTO et al. 2022/Brasil	Estudo transversal, descritivo e analítico, com 101 enfermeiros.	Analisar a associação entre fatores preditores de sofrimento mental e características de enfermeiros atuantes nos serviços de saúde em nível terciário de Rondonópolis-MT, Brasil, no contexto da pandemia da COVID-19.	Ambiente de trabalho seguro e flexível; encontros que favoreçam a comunicação; compartilhamento de experiências; suporte psicológico planejado pela organização.	Nível VI
E8	Fatores psicossociais no trabalho da enfermagem e riscos ocupacionais: revisão sistemática. Rev. Bras. Enferm. POUSA; LUCCA 2021/Brasil	Revisão sistemática (15 estudos).	Identificar, na produção científica internacional, os principais fatores psicossociais no trabalho de enfermagem, encontrados por meio da aplicação do instrumento Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ).	Escuta dos profissionais pelas lideranças e redistribuição das cargas; apoio e retorno dos supervisores; participação dos trabalhadores nas intervenções; diagnóstico dos fatores psicossociais com o COPSOQ.	Nível V
E9	Violência contra trabalhadores de enfermagem na pandemia de COVID-19: revisão de escopo. Acta Paul Enferm. SILVA et al. 2023/Brasil	Revisão de escopo (9 estudos).	Mapear e sintetizar as evidências científicas sobre violência contra trabalhadores de enfermagem durante a pandemia de COVID-19.	Políticas públicas e estratégias administrativas para reduzir a violência contra os trabalhadores de enfermagem.	Nível V
E10	Estratégias preventivas ao suicídio para equipe de enfermagem na COVID-19: uma revisão de escopo. Acta Paul Enferm. VARGAS et al. 2023/Brasil	Revisão de escopo (11 estudos).	Identificar as estratégias de prevenção da ideação suicida e do suicídio durante a pandemia de COVID-19 para a equipe de enfermagem.	Espaços de acolhimento, escuta e apoio; avaliação e rastreio da saúde mental; encaminhamento a serviços especializados.	Nível V

Fonte: Elaborado pelo autor, 2026.

Legenda: Nível I: revisão sistemática ou metanálise de ensaios clínicos randomizados controlados, ou diretrizes clínicas baseadas nelas. Nível II: pelo menos um ensaio clínico randomizado controlado bem delineado. Nível III: ensaios clínicos não randomizados (quase-experimentais). Nível IV: estudos de coorte e de caso-controle. Nível V: revisão sistemática de estudos qualitativos ou descritivos. Nível VI: estudo qualitativo ou descritivo único. Nível VII: opinião de autoridades, relatórios de comitês de especialistas ou experiência clínica.

4 DISCUSSÃO

Os estudos incluídos mostram que as instituições de saúde dispõem de um repertório conhecido de estratégias para proteger a saúde mental da enfermagem, que ainda aparece sobretudo como recomendação. Reorganização do trabalho, apoio psicológico, rastreamento e

escuta foram descritos com frequência semelhante, enquanto as políticas institucionais e públicas foram as menos citadas.

Na reorganização do trabalho, o dimensionamento adequado da equipe permite pausas e o afastamento dos profissionais quando adoecem (Costa; Servo; Figueredo, 2022) e evita a sobrecarga de serviço, conforme os parâmetros da Resolução COFEN n.º 543/2017 (Araújo; Freitas, 2024). O estresse ocupacional resulta da combinação entre altas exigências psicológicas, baixo controle sobre o processo de trabalho e apoio social deficiente (Costa; Servo; Figueredo, 2022), o que indica que a resposta precisa alcançar a organização do trabalho.

A organização do trabalho envolve ainda a atuação das lideranças. A enfermagem está entre as profissões mais vulneráveis ao estresse ocupacional, pela carga elevada, pelo ritmo intenso e pela falta de autonomia, e as recomendações incluem a escuta dos profissionais pelas chefias, a redistribuição das cargas de trabalho, o apoio e o retorno dos supervisores e a participação ativa dos trabalhadores nas intervenções (Pousa; Lucca, 2021).

No apoio psicológico e psicossocial, acolhimento, escuta ativa, reconhecimento social, oferta de serviços de saúde mental, melhoria da organização do trabalho e canal de comunicação aberto com a chefia são ações ao alcance dos gestores, que podem incluir treinamentos em enfrentamento e resiliência (Góes *et al.*, 2023). Durante a pandemia, o suporte psicológico institucional foi recomendado junto com o dimensionamento da equipe e a garantia de equipamentos de proteção (Costa; Servo; Figueredo, 2022).

O rastreamento e o monitoramento da saúde mental permitem identificar precocemente os trabalhadores em sofrimento. A identificação precoce dos transtornos mentais comuns em profissionais de serviços de emergência foi apontada como base para medidas de proteção (Moura *et al.*, 2022), e a prevalência de 42,9% de transtornos mentais menores em profissionais de pronto atendimento reforçou a necessidade de rastreamento e de medidas preventivas (Jesus *et al.*, 2025). Na prevenção do suicídio, a avaliação da saúde mental acompanhada de orientação e encaminhamento a serviços especializados permite atender primeiro os casos mais vulneráveis e evitar o agravamento do sofrimento (Vargas *et al.*, 2023).

As estratégias de escuta e comunicação relacionam-se com a resiliência dos profissionais. A baixa resiliência associou-se ao sofrimento mental de enfermeiros hospitalares, e as recomendações incluíram abordagens motivacionais que garantam ambiente de trabalho seguro e flexível, encontros que favoreçam a comunicação positiva na organização, compartilhamento de experiências e suporte psicológico planejado pelas organizações (Peixoto *et al.*, 2022).

No plano das políticas, a violência no trabalho exige resposta institucional. A enfermagem responde por um quarto de toda a violência no trabalho em saúde e sofre agressões físicas, psicológicas, verbais e sexuais (Jesus *et al.*, 2025). Durante a pandemia, a incidência de violência contra esses trabalhadores foi elevada, o que levou à recomendação de políticas públicas e de estratégias administrativas para reduzi-la (Silva *et al.*, 2023). O *workaholism* também deve ser tratado como problema da organização do trabalho com estratégias preventivas orientadas pelos gestores e políticas de saúde do trabalhador voltadas à equipe de enfermagem (Barbosa *et al.*, 2024).

Este estudo apresenta limitações. A amostra foi pequena e composta majoritariamente por revisões de literatura, o que concentra as evidências nos níveis V e VI, e nenhum estudo incluído avaliou a efetividade de programas institucionais. Embora não tenha havido sobreposição de estudos entre as revisões, parte das evidências chegou a esta análise de forma indireta, mediada pela interpretação de outros autores, e quatro das seis revisões trataram do contexto da pandemia de COVID-19, o que pode limitar a aplicação dos achados à rotina dos serviços. A restrição a publicações em português limitou os achados à realidade brasileira. Além disso, a produção nacional sobre transtornos mentais comuns na enfermagem ainda é limitada, regionalizada e centrada em setores específicos, embora a profissão atue em diferentes áreas e níveis de atenção (Araújo; Freitas, 2024).

5 CONCLUSÃO

As instituições de saúde dispõem de estratégias identificáveis para promover a saúde mental dos trabalhadores de enfermagem: reorganização do trabalho com dimensionamento adequado de pessoal, apoio psicológico e psicossocial, rastreamento e monitoramento da saúde mental, escuta e comunicação com a gestão, valorização profissional e políticas institucionais de saúde do trabalhador, incluindo a prevenção da violência.

Na literatura analisada, essas estratégias aparecem predominantemente como recomendações, sem avaliação de efetividade. Cabe aos gestores transformá-las em ações permanentes, com metas e acompanhamento, e às pesquisas futuras avaliar programas institucionais implantados, com delineamentos de intervenção e em diferentes cenários de atuação da enfermagem.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A. A. A.; FREITAS, E. R. Prevalência de transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de centros de materiais e esterilização. **Revista Portuguesa de**

Enfermagem de Saúde Mental, n. 32, p. 41-60, dez. 2024. Disponível em: https://doi.org/10.19131/rpesm.386.

BARBOSA, N. S. *et al.* Fatores associados ao *workaholism* na saúde mental de enfermeiros: revisão integrativa. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 32, e4218, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1518-8345.7046.4219.

COSTA, N. N. G.; SERVO, M. L. S.; FIGUEREDO, W. N. COVID-19 e o estresse ocupacional vivenciado pelos profissionais de saúde no contexto hospitalar: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, supl. 1, e20200859, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0859.

GÓES, F. G. B. *et al.* Estratégias de prevenção e promoção em saúde mental para enfermagem diante da pandemia da covid-19. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 13, e4805, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.19175/recom.v13i0.4805.

JESUS, S. E. *et al.* Prevalência e fatores associados aos transtornos mentais menores em profissionais de enfermagem de pronto atendimento. **Journal Health NPEPS**, v. 10, n. 2, e14755, jul./dez. 2025. Disponível em: https://doi.org/10.30681/2526101014755.

MELNYK, B. M.; FINEOUT-OVERHOLT, E. **Evidence-based practice in nursing & healthcare**: a guide to best practice. 2. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins, 2011.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018.

MOURA, R. C. D. *et al.* Transtornos mentais comuns em profissionais de enfermagem de serviços de emergência. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, eAPE03032, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO03032.

PAGE, M. J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, n71, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1136/bmj.n71.

PEIXOTO, T. S. *et al.* Fatores preditores do sofrimento mental de enfermeiros da atenção hospitalar no contexto da COVID-19. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, v. 16, n. 1, e253009, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.5205/1981-8963.2022.253009.

POUSA, P. C. P.; LUCCA, S. R. Fatores psicossociais no trabalho da enfermagem e riscos ocupacionais: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, supl. 3, e20200198, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0198.

SILVA, C. L. *et al.* Violência contra trabalhadores de enfermagem na pandemia de COVID-19: revisão de escopo. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, eAPE02073, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.37689/acta-ape/2023AR002073.

URSI, E. S. **Prevenção de lesões de pele no perioperatório**: revisão integrativa da literatura. 2005. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2005.

VARGAS, D. *et al.* Estratégias preventivas ao suicídio para equipe de enfermagem na COVID-19: uma revisão de escopo. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 36, eAPE00682, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.37689/acta-ape/2023AR00682.