REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

SAÚDE MENTAL DE PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM E SOBRECARGA DE TRABALHO: UMA REVISÃO DE REVISÕES DA LITERATURA

MENTAL HEALTH OF NURSING PROFESSIONALS AND WORK OVERLOAD: A REVIEW OF REVIEWS

SALUD MENTAL DE LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA Y SOBRECARGA DE TRABAJO: UNA REVISIÓN DE REVISIONES BIBLIOGRÁFICAS

Hyasmyn Simões Oliveira
Graduanda em Enfermagem, UNIBRÁS, Brasil
E-mail: hyasmynsimoes@hotmail.com

Eduarda Fernandes Leal
Mestre em Ciências Aplicadas à Saúde, UNIBRÁS, Brasil
E-mail: dudafernandesleal@gmail.com

Reila Campos Guimarães de Araújo
Doutora em Ciências da Saúde, Universidade Federal de Jataí, Brasil
E-mail: reilacampos@ufj.edu.br

Karielly de Castro Borges
Mestre em Ciências Aplicadas à Saúde, UNIBRÁS, Brasil
E-mail: karielly.borgescastro@gmail.com

Cácia Régia de Paula
Doutora em Enfermagem, Universidade Federal de Jataí, Brasil
E-mail: cregia@ufj.edu.br

Jheynny Caldeira de Souza
Doutora em Ciências da Saúde, Universidade Federal de Jataí, Brasil
E-mail: jheynny.souza@ufj.edu.br

Paulo Henrique de Souza Sobrinho
Especialista em Enfermagem do Trabalho, UNIBRÁS, Brasil
E-mail: paulohenriquesouzasobrinho@outlook.com

Resumo

A saúde mental dos profissionais de enfermagem constitui relevante problema de saúde ocupacional, frequentemente relacionada a condições adversas de trabalho, como sobrecarga laboral, jornadas prolongadas, déficit de recursos humanos e elevada demanda assistencial. Objetivou-se sintetizar, a partir de revisões da literatura, os principais fatores relacionados ao adoecimento mental dos profissionais de enfermagem e as estratégias de enfrentamento descritas na produção científica. Trata-se de uma revisão de revisões (overview of reviews), conduzida nas bases National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que reuniu oito revisões da literatura publicadas entre 2019 e 2025, selecionadas segundo critérios de elegibilidade previamente estabelecidos e submetidas à avaliação da qualidade metodológica. As revisões analisadas relataram que a sobrecarga de trabalho, o déficit de profissionais, os múltiplos

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

vínculos empregatícios e a pressão assistencial estão entre os fatores mais frequentemente associados ao sofrimento psíquico nessa categoria. O estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout — esta compreendida como fenômeno relacionado ao trabalho, e não como transtorno mental — foram descritos como desfechos recorrentes, ao lado de sintomas de ansiedade e de depressão. Quanto ao enfrentamento, as revisões distinguem estratégias individuais (apoio social, atividade física, acompanhamento psicológico, espiritualidade e mindfulness) de intervenções organizacionais (dimensionamento adequado de pessoal, adequação das jornadas, suporte institucional e melhoria das condições de trabalho), estas últimas apontadas como determinantes centrais. Conclui-se que o adoecimento mental nessa categoria é fenômeno multifatorial, de natureza predominantemente organizacional, exigindo intervenções que não se restrinjam à capacidade individual de adaptação.

Palavras-chave: Saúde Mental; Enfermagem; Saúde Ocupacional; Esgotamento Profissional; Adaptação Psicológica.

Abstract

The mental health of nursing professionals is a relevant occupational health problem, frequently related to adverse working conditions such as work overload, long working hours, staff shortages, and high care demands. This study aimed to synthesize, from literature reviews, the main factors related to mental illness among nursing professionals and the coping strategies described in the scientific literature. This is a review of reviews (overview of reviews), conducted in the National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO), and the Virtual Health Library (BVS), which gathered eight literature reviews published between 2019 and 2025, selected according to previously established eligibility criteria and subjected to methodological quality appraisal. The reviews analyzed reported that work overload, staff shortages, multiple employment bonds, and care pressure are among the factors most frequently associated with psychological distress in this category. Occupational stress and Burnout Syndrome — the latter understood as a work-related phenomenon rather than a mental disorder — were described as recurrent outcomes, along with symptoms of anxiety and depression. Regarding coping, the reviews distinguish individual strategies (social support, physical activity, psychological counseling, spirituality, and mindfulness) from organizational interventions (adequate staffing, adjustment of working hours, institutional support, and improvement of working conditions), the latter identified as central determinants. It is concluded that mental illness in this category is a multifactorial phenomenon, predominantly organizational in nature, requiring interventions that are not restricted to the individual capacity for adaptation.

Keywords: Mental Health; Nursing; Occupational Health; Burnout, Professional; Adaptation, Psychological.

Resumen

La salud mental de los profesionales de enfermería es un problema relevante de salud laboral, a menudo relacionado con condiciones laborales adversas, como sobrecarga de trabajo, largas jornadas laborales, déficit de recursos humanos y alta demanda de atención. El objetivo de este estudio fue sintetizar, basándose en revisiones bibliográficas, los principales factores relacionados con la enfermedad mental entre los profesionales de enfermería y las estrategias de afrontamiento descritas en la producción científica. Esta es una visión general de las revisiones realizadas en las bases de datos de la National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO) y Virtual Health Library (VHL), que recopilaron ocho revisiones bibliográficas publicadas entre 2019 y 2025, seleccionadas según criterios de elegibilidad previamente establecidos y sometidas a evaluación metodológica de calidad. Las revisiones analizadas informaron que la sobrecarga de trabajo, la falta de profesionales, las múltiples relaciones laborales y la presión de cuidados son algunos de los factores más frecuentemente asociados con el malestar psicológico en esta categoría. El estrés laboral y el Síndrome de Agotamiento —este último entendido como un fenómeno relacionado con el trabajo, y no como un trastorno mental— se describieron como resultados recurrentes, junto con síntomas de ansiedad y depresión. En cuanto al afrontamiento, las

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

revisiones distinguen las estrategias individuales (apoyo social, actividad física, apoyo psicológico, espiritualidad y atención plena) de las intervenciones organizativas (personal adecuado, adecuación de las horas de trabajo, apoyo institucional y mejora de las condiciones laborales), estas últimas señaladas como determinantes centrales. Se concluye que la enfermedad mental en esta categoría es un fenómeno multifactorial, predominantemente de naturaleza organizativa, que requiere intervenciones que no se limiten a la capacidad individual de adaptación.

Palabras clave: Salud Mental; Enfermería; Salud Laboral; Agotamiento Profesional; Adaptación Psicológica.

1. Introdução

A saúde mental é componente essencial da saúde integral e relaciona-se à capacidade do indivíduo de lidar com as demandas cotidianas, manter relações interpessoais satisfatórias e trabalhar de forma produtiva. Segundo a Organização Mundial da Saúde, os transtornos mentais constituem importante problema de saúde pública, afetando aproximadamente 970 milhões de pessoas no mundo, com repercussões sociais, econômicas e laborais expressivas, sobretudo entre trabalhadores expostos a elevados níveis de estresse ocupacional (OMS, 2022).

No contexto dos serviços de saúde, os profissionais de enfermagem convivem diariamente com situações de sofrimento, dor, urgência, emergência e morte, além de desafios relacionados à organização do trabalho, à escassez de recursos humanos e à alta demanda assistencial. Tais condições podem comprometer a saúde mental dessa categoria e favorecer o adoecimento psíquico (MARTINS; DINIZ; TIAGO, 2025).

Entre as manifestações discutidas na literatura, é necessário distinguir construtos que não são equivalentes. Os transtornos mentais comuns (TMC) compreendem manifestações não psicóticas, como sintomas de ansiedade, depressão, irritabilidade, fadiga, insônia, dificuldade de concentração e queixas somáticas, habitualmente aferidas por instrumentos de rastreamento e não por diagnóstico clínico (TONELI et al., 2024). O estresse ocupacional refere-se à resposta do organismo diante de exigências laborais percebidas como excessivas. A Síndrome de Burnout, por sua vez, é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como fenômeno relacionado ao trabalho e não como condição médica ou transtorno mental, resultante de estresse ocupacional crônico não adequadamente

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

administrado (OMS, 2019). Sintomas de ansiedade e de depressão, quando aferidos por escalas, tampouco se confundem com os respectivos diagnósticos clínicos.

Entre os profissionais de enfermagem, a ocorrência dessas condições tem sido associada, sobretudo, à sobrecarga de trabalho, caracterizada pelo excesso de atividades, jornadas prolongadas, múltiplos vínculos empregatícios e pressão por produtividade e qualidade assistencial (SANTOS; MARTINS, 2022). A literatura também evidencia a importância das estratégias de enfrentamento (coping), individuais e organizacionais, capazes de atenuar os efeitos dos estressores ocupacionais (MACEDO et al., 2021).

Apesar do crescente número de revisões sobre saúde mental no trabalho de enfermagem, observa-se a necessidade de reunir e comparar de forma sistemática o conhecimento já sintetizado por essas revisões, identificando convergências, lacunas e limitações. Nesse contexto, formulou-se a seguinte questão norteadora: quais são os principais fatores relacionados ao adoecimento mental dos profissionais de enfermagem e quais estratégias de enfrentamento são descritas nas revisões da literatura científica? O objetivo foi sintetizar, por meio de uma revisão de revisões, os fatores associados ao sofrimento psíquico dessa categoria e as estratégias de enfrentamento relatadas.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A enfermagem é apontada como uma das categorias mais vulneráveis ao adoecimento mental entre os profissionais de saúde, em razão do contato direto e contínuo com pacientes e familiares, das atividades que exigem atenção permanente e responsabilidade ética, e da atuação em ambientes de alta demanda assistencial e escassez de pessoal (SANTO et al., 2025). Condições como jornadas prolongadas, múltiplos vínculos, trabalho noturno, baixa remuneração e déficit de recursos humanos ampliam a carga física e emocional desses trabalhadores (DANTAS et al., 2020).

O estresse ocupacional destaca-se como uma das principais respostas ao ambiente laboral da enfermagem. Embora certas situações estressoras integrem a rotina profissional, a exposição contínua pode comprometer a saúde física e mental,

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

especialmente em unidades de urgência, emergência e terapia intensiva, que exigem decisões rápidas e convívio com situações imprevisíveis (LIMA; AOYAMA; CAMPOS, 2026).

Quando crônico, o estresse ocupacional relaciona-se ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como fenômeno associado ao contexto ocupacional, a síndrome é caracterizada por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional (OMS, 2019). Cabe destacar que o Burnout não deve ser tratado como mais um transtorno mental comum, mas como construto próprio, restrito ao contexto do trabalho (SANTOS; MARTINS, 2022).

A literatura também discute a ocorrência de sintomas de ansiedade e de depressão entre profissionais de enfermagem. A ansiedade caracteriza-se por preocupação, medo e tensão excessivos, muitas vezes acompanhados de manifestações físicas; a depressão, por tristeza persistente, perda de interesse, alterações de apetite e fadiga. Quando aferidos por instrumentos de rastreamento, tais sintomas indicam sofrimento psíquico, sem que isso corresponda, necessariamente, a um diagnóstico clínico formal (TONELI et al., 2024).

Os fatores de risco para o adoecimento mental na enfermagem são multifatoriais e envolvem aspectos individuais, organizacionais e psicossociais, com destaque para a sobrecarga de trabalho, a escassez de recursos humanos, a elevada demanda assistencial, os conflitos interpessoais, os baixos salários e a necessidade de múltiplos vínculos (MARTINS; DINIZ; TIAGO, 2025). Características organizacionais, como ausência de apoio institucional, comunicação ineficaz e falta de valorização profissional, agravam esse quadro.

Diante desse cenário, a literatura enfatiza as estratégias de enfrentamento como mecanismos capazes de atenuar os efeitos dos estressores ocupacionais. O coping compreende esforços cognitivos e comportamentais utilizados para lidar com situações difíceis, podendo focalizar o problema ou as emoções. Entre profissionais de enfermagem, são frequentemente relatados o apoio social, a atividade física, o acompanhamento psicológico, a espiritualidade e técnicas de relaxamento e mindfulness (FARRE et al., 2021). Contudo, tais estratégias individuais não

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

substituem a necessidade de intervenções organizacionais, como a adequação do dimensionamento de pessoal, a melhoria das condições de trabalho e o fortalecimento da comunicação entre gestores e equipes (ANTONIOLLI et al., 2023).

3 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão de revisões (overview of reviews), método destinado a reunir, avaliar e sintetizar o conhecimento já produzido por revisões da literatura sobre determinado tema, tendo como objeto de análise as próprias revisões e não os estudos primários (AROMATARIS et al., 2015). Operacionalmente, adotaram-se as seis etapas propostas por Mendes, Silveira e Galvão (2008): identificação do tema e formulação da questão norteadora; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; definição das informações a serem extraídas; avaliação dos estudos incluídos; interpretação dos resultados; e apresentação da síntese.

As buscas foram realizadas entre abril e junho de 2026 nas bases National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizaram-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) "Enfermagem", "Saúde Mental" e "Trabalho", combinados pelo operador booleano AND, resultando na estratégia "Enfermagem" AND "Saúde Mental" AND "Trabalho"; no PubMed, foram empregados os termos MeSH equivalentes ("Nursing" AND "Mental Health" AND "Work"). A estratégia foi adaptada à sintaxe de cada base.

A aplicação da estratégia resultou em 170 registros (SciELO, n = 153; BVS, n = 12; PubMed, n = 5). Após a remoção de duplicatas e de registros não relacionados à temática (n = 97), 73 registros foram submetidos à triagem por título e resumo, dos quais 54 foram excluídos (28 estudos primários e 26 sem relação com o tema). Os 19 registros restantes foram avaliados quanto à elegibilidade, mediante leitura na íntegra; após a exclusão de 11 que não abordavam diretamente a saúde mental de profissionais de enfermagem no contexto laboral, oito revisões compuseram o corpus final (Figura 1).

Foram adotados como critérios de inclusão: revisões da literatura (integrativas ou sistemáticas), disponíveis na íntegra, publicadas em português, inglês ou espanhol, entre 2019 e 2025, que abordassem a saúde mental de profissionais de

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

enfermagem no contexto laboral. Foram excluídos: estudos primários (originais empíricos), editoriais, cartas ao leitor, dissertações, teses, monografias não publicadas em periódico, resumos de eventos científicos, publicações duplicadas e trabalhos que não respondessem à questão norteadora. A opção por incluir exclusivamente revisões decorre da natureza do método (revisão de revisões) e corrige a incoerência de excluir revisões e, simultaneamente, mantê-las no corpus.

Inicialmente, procedeu-se à leitura de títulos e resumos. Em seguida, os trabalhos potencialmente elegíveis foram lidos na íntegra para verificação dos critérios. A seleção foi organizada em instrumento elaborado pelos pesquisadores, contendo título, autoria, ano, tipo de revisão, objetivo, principais achados e estratégias de enfrentamento. A Figura 1 apresenta o fluxograma de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão, elaborado conforme o PRISMA 2020.

A qualidade metodológica das revisões incluídas foi apreciada com base em itens do checklist do Joanna Briggs Institute (JBI) para revisões sistemáticas (AROMATARIS; MUNN, 2020), adaptado às revisões integrativas, considerando a clareza da questão, a adequação dos critérios de elegibilidade, a descrição da estratégia de busca, a avaliação crítica dos estudos primários e a coerência da síntese. O resultado dessa apreciação consta na última coluna do Quadro 1. Os dados foram analisados de forma descritiva e interpretativa, com agrupamento por similaridade temática. Reconhece-se que revisões distintas podem incluir os mesmos estudos primários, o que configura risco de dupla contagem de evidências; por essa razão, os achados são apresentados como padrões relatados pelas revisões, e não como estimativas de frequência ou de eficácia.

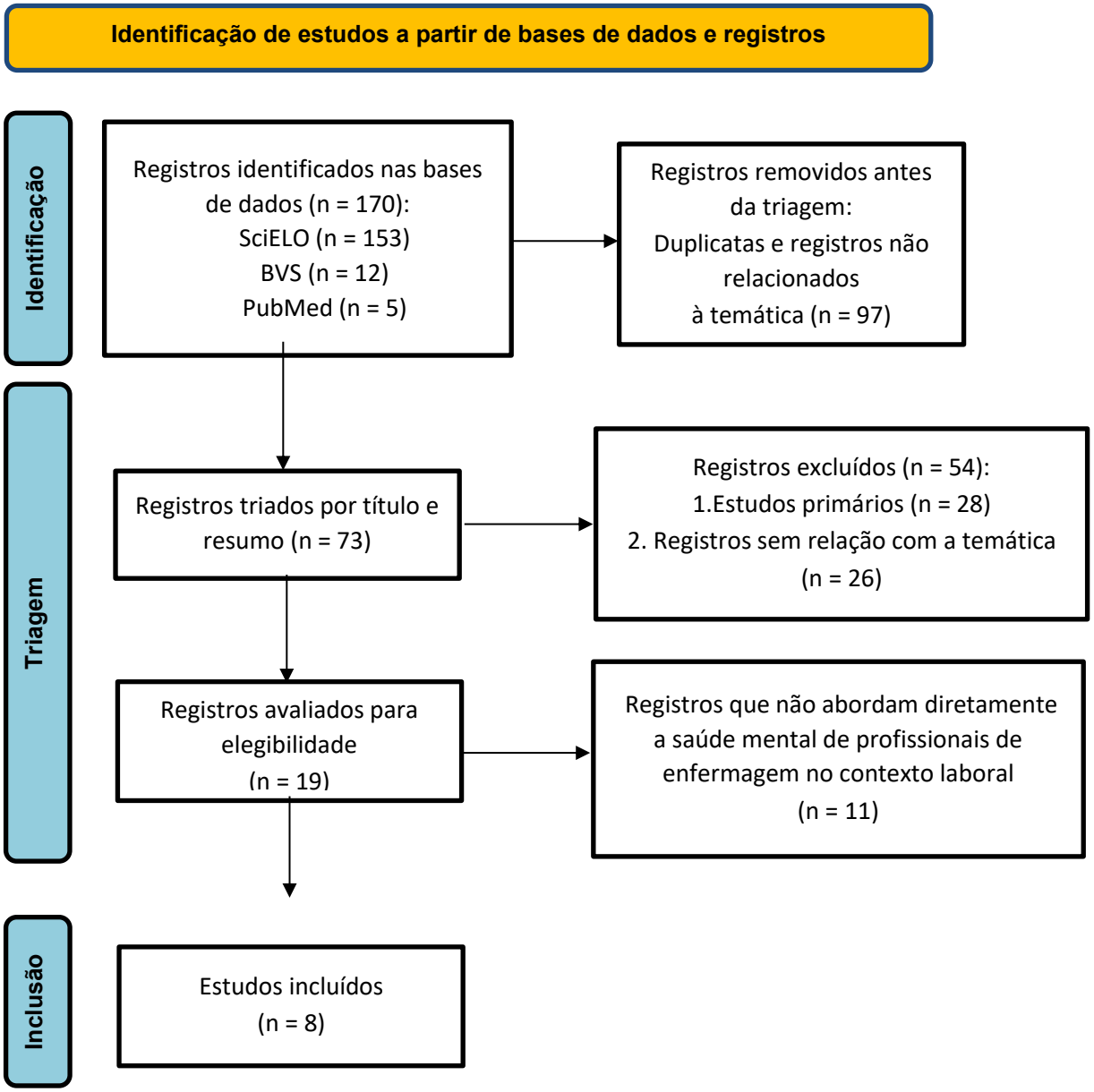
Por se tratar de pesquisa realizada exclusivamente com textos científicos para revisão da literatura, o estudo dispensou apreciação pelo sistema CEP/Conep, conforme o art. 1º, parágrafo único, inciso VI, da Resolução CNS nº 510/2016 (BRASIL, 2016).

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

Figura 1 – Fluxograma de seleção dos estudos (PRISMA 2020)



Fonte: Elaborado pelos autores (2026), com base no PRISMA 2020 (PAGE et al., 2021).

4 RESULTADOS

O corpus final foi composto por oito revisões da literatura, todas revisões integrativas publicadas entre 2020 e 2025 e voltadas à saúde mental de profissionais de enfermagem. O Quadro 1 apresenta a caracterização dos estudos, considerando

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

autoria e ano, tipo de revisão, objetivo, principais achados e estratégias de enfrentamento, além da apreciação da qualidade metodológica.

Quadro 1 – Caracterização das revisões incluídas

Autor / Ano	Tipo de revisão	Objetivo	Principais achados relatados	Qualidade metodológica (JBI)
Toneli et al. (2024)	Revisão integrativa	Analisar a ocorrência de transtornos mentais comuns em enfermeiros.	Relata elevada frequência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse, associados às condições de trabalho.	Moderada
Santos e Martins (2022)	Revisão integrativa	Analisar fatores desencadeantes de transtornos mentais na enfermagem diante da sobrecarga.	Aponta jornadas extensas, múltiplos vínculos e déficit de pessoal como fatores associados ao sofrimento psíquico.	Moderada
Martins, Diniz e Tiago (2025)	Revisão integrativa	Investigar os impactos da sobrecarga de trabalho na saúde mental da enfermagem.	Descreve associação entre sobrecarga laboral, estresse ocupacional e Burnout, com ênfase em determinantes organizacionais.	Moderada
Dantas et al. (2020)	Revisão integrativa	Identificar determinantes da Síndrome de Burnout em	Relata exaustão emocional, carga de trabalho, déficit de recursos e	Moderada

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

		enfermeiros de UTI.	enfrentamento da morte como determinantes.	
Santo et al. (2025)	Revisão integrativa	Analisar o impacto da ansiedade e da depressão na saúde mental da equipe de enfermagem.	Relata alta frequência de sintomas ansiosos e depressivos, sobretudo em setores de maior complexidade.	Moderada
Antoniolli et al. (2023)	Revisão integrativa	Mapear estratégias de enfrentamento (coping) utilizadas por profissionais de enfermagem.	Identifica apoio social, acompanhamento psicológico e atividade física, associados à redução de estressores.	Alta
Farre et al. (2021)	Revisão integrativa	Avaliar efeitos de práticas e programas de meditação na saúde mental da enfermagem.	Relata redução dos níveis de estresse, ansiedade e exaustão associada às práticas de meditação e mindfulness.	Moderada
Santos et al. (2023)	Revisão integrativa	Analisar estratégias de promoção à saúde mental no trabalho hospitalar de enfermagem.	Relata que estratégias organizacionais e ambientes de trabalho saudáveis associam-se à redução do sofrimento psíquico e ao fortalecimento da satisfação profissional.	Moderada

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

Fonte: Elaborado pelos autores (2026). Nota: a apreciação da qualidade reflete itens do checklist JBI para revisões, adaptado às revisões integrativas.

As revisões incluídas convergiram ao apontar que as condições laborais exercem influência significativa sobre a saúde mental da equipe de enfermagem. Entre os fatores mais frequentemente relatados destacam-se a sobrecarga de trabalho, as jornadas prolongadas, o déficit de recursos humanos, os múltiplos vínculos empregatícios e a exposição contínua a situações de sofrimento e morte (SANTOS; MARTINS, 2022; MARTINS; DINIZ; TIAGO, 2025).

Quanto aos desfechos, o estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout foram descritos como as manifestações mais recorrentes. Dantas et al. (2020) relataram a exaustão emocional como a dimensão mais frequente do Burnout entre enfermeiros de terapia intensiva, ao passo que Martins, Diniz e Tiago (2025) associaram o esgotamento profissional à sobrecarga e ao déficit de pessoal, ressaltando o peso das condições organizacionais.

Em relação aos sintomas de ansiedade e de depressão, Santo et al. (2025) e Toneli et al. (2024) relataram elevada frequência dessas manifestações, associadas à pressão do ambiente de trabalho, às responsabilidades do cuidado e às jornadas extensas. As revisões, contudo, baseiam-se em estudos que aferem sintomas por rastreamento, e não diagnósticos clínicos formais.

No que se refere ao enfrentamento, Antoniolli et al. (2023) mapearam o apoio social, o acompanhamento psicológico e a atividade física entre as estratégias mais relatadas, e Farre et al. (2021) descreveram a associação entre práticas de meditação e mindfulness e a redução relatada dos níveis de estresse, ansiedade e exaustão. No plano institucional, Santos et al. (2023) relataram que estratégias organizacionais e ambientes de trabalho mais saudáveis associam-se à redução do sofrimento psíquico e ao fortalecimento da satisfação profissional. As revisões enfatizam que as estratégias individuais são relatadas em conjunto com — e não em substituição a — intervenções organizacionais.

5 DISCUSSÃO

Os achados das revisões incluídas dialogam com a literatura mais ampla sobre saúde ocupacional. A convergência quanto ao papel da sobrecarga de trabalho

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

reforça a compreensão de que o adoecimento mental na enfermagem possui caráter multifatorial, com forte componente organizacional. Essa leitura é coerente com a definição da Organização Mundial da Saúde, que situa o Burnout como fenômeno decorrente de estresse ocupacional crônico não adequadamente administrado, restrito ao contexto do trabalho (OMS, 2019).

É importante moderar a interpretação das evidências. Por se tratar de síntese de revisões, em sua maioria de estudos observacionais e de outras revisões, os resultados indicam associações relatadas entre condições de trabalho e sofrimento psíquico, e não relações causais demonstradas. Da mesma forma, os efeitos atribuídos às estratégias de enfrentamento devem ser lidos como resultados relatados e potencialmente benéficos, e não como comprovação de eficácia causal.

As estratégias de enfrentamento descritas nas revisões podem ser organizadas em dois planos com pesos distintos. No plano individual, situam-se o apoio social, a atividade física, o acompanhamento psicológico, a espiritualidade e as práticas de mindfulness. No plano organizacional, situam-se o dimensionamento adequado de pessoal, a adequação das jornadas, o suporte institucional, a educação permanente e a melhoria das condições e dos processos de gestão do trabalho (ANTONIOLLI et al., 2023). Considerando que o principal problema identificado é estrutural: sobrecarga, déficit de pessoal, múltiplos vínculos e pressão assistencial, técnicas individuais de coping não devem ser apresentadas como solução para condições organizacionais inadequadas.

Nesse sentido, a centralidade das intervenções institucionais evidenciada pelas revisões incluídas — em especial por Santos et al. (2023) — é coerente com o entendimento mais amplo da saúde ocupacional. Documentos da Organização Mundial da Saúde situam o ambiente de trabalho como determinante da saúde mental e recomendam ações organizacionais de proteção e promoção (OMS, 2022), o que reforça a necessidade de medidas integradas entre trabalhadores, gestores e instituições, sem transferir ao indivíduo a responsabilidade exclusiva pelo enfrentamento do adoecimento.

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

6 LIMITAÇÕES DO ESTUDO

Devem ser reconhecidas as seguintes limitações: o número reduzido de revisões incluídas (oito); a consulta a apenas três fontes de informação; o recorte temporal adotado (2019–2025); a heterogeneidade dos desenhos das revisões; a inclusão exclusiva de evidência secundária, própria de uma revisão de revisões; o risco de dupla contagem de estudos primários compartilhados por diferentes revisões; a variabilidade na qualidade metodológica dos trabalhos; e a limitação para generalização dos achados entre distintos contextos assistenciais. Tais limitações recomendam cautela na interpretação e na transferência dos resultados.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em resposta à questão norteadora, a síntese das revisões indica que o sofrimento psíquico dos profissionais de enfermagem possui caráter multifatorial e está diretamente relacionado às condições organizacionais e laborais, com destaque para a sobrecarga de trabalho, as jornadas prolongadas, o déficit de recursos humanos, os múltiplos vínculos e a pressão assistencial. Entre os desfechos relatados sobressaem o estresse ocupacional, a Síndrome de Burnout — compreendida como fenômeno ocupacional — e sintomas de ansiedade e de depressão.

As revisões descrevem estratégias de enfrentamento individuais e organizacionais, sendo estas últimas apontadas como determinantes centrais. Reforça-se que o adoecimento mental dessa categoria não deve ser explicado apenas pela vulnerabilidade individual, pois condições organizacionais: sobrecarga; dimensionamento insuficiente; jornadas extensas e suporte institucional deficiente constituem componentes centrais do problema.

Como contribuição para a prática, o estudo reforça a necessidade de políticas e programas de promoção da saúde mental nos serviços de saúde, incluindo suporte psicológico, dimensionamento adequado das equipes, redução da sobrecarga e educação permanente. Sugere-se que futuras pesquisas, com estudos primários e delineamentos diversificados, avaliem a efetividade das intervenções institucionais voltadas à saúde mental no trabalho de enfermagem.

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

REFERÊNCIAS

ANTONIOLLI, L. et al. Intervenções para promoção de coping em profissionais da enfermagem: revisão integrativa de literatura. **Saúde Coletiva**, [S. l.], v. 12, n. 75, 2023. Disponível em: https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/2254. Acesso em: 24 jun. 2026.

AROMATARIS, E. et al. Summarizing systematic reviews: methodological development, conduct and reporting of an umbrella review approach. **International Journal of Evidence-Based Healthcare**, [S. l.], v. 13, n. 3, p. 132-140, 2015. DOI: 10.1097/XEB.0000000000000055.

AROMATARIS, E.; MUNN, Z. (ed.). **JBI Manual for Evidence Synthesis**. Adelaide: JBI, 2020. DOI: 10.46658/JBIMES-20-01. Disponível em: https://synthesismanual.jbi.global. Acesso em: 24 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais e de outras que utilizam metodologias próprias dessas áreas. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, n. 98, p. 44, 24 maio 2016.

DANTAS, H. L. de L. et al. Determinantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros que trabalham em unidade de terapia intensiva: revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, [S. l.], v. 92, n. 30, e020645, 2020. DOI: 10.31011/reaid-2020-v.92-n.30-art.645.

FARRE, A. G. M. C. et al. Efeitos de práticas e programas de meditação com profissionais da enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista Recien – Revista Científica de Enfermagem**, [S. l.], v. 11, n. 36, p. 551-563, 2021. Disponível em: https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/539. Acesso em: 24 jun. 2026.

LIMA, C. B. S.; AOYAMA, E. de A.; CAMPOS, E. A. D. Impacto da rotina de trabalho em Unidade de Terapia Intensiva na saúde mental dos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 12, n. 6, p. 1-21, 2026. DOI: 10.51891/rease.v12i6.28041.

MACEDO, A. B. T. et al. Intervenções para o estresse e ansiedade na enfermagem: revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, [S. l.], v. 95, n. 35, e021108, 2021. DOI: 10.31011/reaid-2021-v.95-n.35-art.1141.

MARTINS, J. de J. B.; DINIZ, J. A.; TIAGO, A. C. da S. Sobrecarga de trabalho e saúde mental em profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa de literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, São Paulo, v. 8, n. 19, e082803, 2025. DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2803.

CC BY

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 22/07/2026 - **Accepted:** 26/08/2026
Vol: 13.19
DOI: 10.66104/9mcaxf65
Pages: 1-15

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. DOI: 10.1590/S0104-07072008000400018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11)**. Genebra: OMS, 2019. Disponível em: https://icd.who.int/. Acesso em: 24 jun. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **World mental health report**: transforming mental health for all. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338. Acesso em: 24 jun. 2026.

PAGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, [S. l.], v. 372, 2021. DOI: 10.1136/bmj.n71.

SANTO, B. S. S. et al. Impacto da depressão e ansiedade na saúde mental da equipe de enfermagem: uma revisão de literatura integrativa. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 18, n. 8, e19875, 2025. DOI: 10.55905/revconv.18n.8-057.

SANTOS, A. F.; MARTINS, W. Saúde mental dos profissionais de enfermagem diante da sobrecarga de trabalho: uma revisão integrativa da literatura. **E-Acadêmica**, [S. l.], v. 3, n. 2, e5132188, 2022. DOI: 10.52076/eacad-v3i2.188.

SANTOS, B. V. dos et al. Estratégias de promoção à saúde mental no trabalho de enfermagem hospitalar: revisão integrativa. **Revista de Enfermagem da UFSM**, [S. l.], v. 13, e36, 2023. DOI: 10.5902/2179769274722.

TONELI, L. S. et al. Transtornos mentais comuns em enfermeiros: uma revisão integrativa. **Revista Recien – Revista Científica de Enfermagem**, [S. l.], v. 14, n. 42, p. 110-121, 2024. Disponível em: https://recien.com.br/index.php/Recien/article/view/826. Acesso em: 24 jun. 2026.

CC BY