

Cuidar de quem cuida: Uma reflexão teórica sobre a promoção da saúde mental de enfermeiros

Caring for Those Who Care: A Theoretical Reflection on the Promotion of Nurses' Mental Health

Cuidar a quienes cuidan: Una reflexión teórica sobre la promoción de la salud mental de los enfermeros

Nayara Cristina Milan¹, Cristiane Aparecida Silveira Monteiro², Andréia Cristina Barbosa Costa³

Como citar: Milan NC, Monteiro CAS, Costa ACB. Cuidar de quem cuida: Uma reflexão teórica sobre a promoção da saúde mental de enfermeiros. REVIS. 2026; 15(2): 135-143. Doi: <https://doi.org/10.36239/revisa.v15.n2.p135a143>

REVIS

1. Escola de Enfermagem,
Universidade Federal de
Alfenas. Alfenas, MG, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0001-9177-7170>

2. Escola de Enfermagem,
Universidade Federal de
Alfenas. Alfenas, MG, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0002-8427-7220>

3. Escola de Enfermagem,
Universidade Federal de
Alfenas. Alfenas, MG, Brasil.
<https://orcid.org/0000-0003-3484-9638>

Received: 17/01/2026
Accepted: 17/03/2026

RESUMO

Introdução: A saúde mental de enfermeiros tem ganhado destaque diante da sobrecarga laboral, da pressão emocional e de condições organizacionais que potencializam o sofrimento psíquico, reforçando a necessidade de refletir sobre estratégias de cuidado ao cuidador. **Objetivo:** Refletir teoricamente sobre os determinantes do sofrimento psíquico e as estratégias de promoção da saúde mental de enfermeiros, à luz de evidências contemporâneas. **Métodos:** Ensaio teórico-reflexivo elaborado a partir de debates acadêmicos, vivências profissionais e análise interpretativa de estudos recentes sobre saúde mental de enfermeiros, sofrimento moral, burnout, fadiga emocional e intervenções institucionais, utilizando como referência um conjunto de produções científicas previamente selecionadas. **Resultados:** O sofrimento psíquico decorre de múltiplos fatores, incluindo sobrecarga de trabalho, insuficiência de recursos, conflitos éticos, exposição contínua ao sofrimento humano e fragilidades organizacionais, resultando em ansiedade, estresse, exaustão emocional e prejuízos à qualidade do cuidado. Identificaram-se estratégias promotoras de bem-estar baseadas em políticas institucionais, apoio psicossocial, desenvolvimento de competências emocionais e práticas de autocuidado. **Conclusões:** Promover a saúde mental dos enfermeiros é um imperativo ético, humano e organizacional que requer ações integradas entre gestão, educação e apoio emocional, fortalecendo o bem-estar desses profissionais e contribuindo para práticas assistenciais mais seguras e humanizadas.

Descritores: Saúde mental; Enfermeiros; Promoção de Saúde.

ABSTRACT

Introduction: Nurses' mental health has gained prominence due to work overload, emotional pressure and organizational conditions that intensify psychological distress, reinforcing the need to reflect on strategies for caring for the caregiver. **Objective:** To theoretically reflect on the determinants of psychological distress and the strategies for promoting nurses' mental health, based on contemporary evidence. **Methods:** Theoretical-reflective essay developed from academic debates, professional experiences and interpretative analysis of recent studies on nurses' mental health, moral distress, burnout, compassion fatigue and institutional interventions, using a previously selected set of scientific sources as reference. **Results:** Psychological distress arises from multiple factors, including work overload, insufficient resources, ethical conflicts, continuous exposure to human suffering and organizational fragilities, resulting in anxiety, stress, emotional exhaustion and impaired quality of care. Strategies that promote well-being were identified, including institutional policies, psychosocial support, development of emotional competencies and self-care practices. **Conclusions:** Promoting nurses' mental health is an ethical, human and organizational imperative that requires integrated actions involving management, education and emotional support, strengthening professional well-being and contributing to safer and more humanized care practices.

Descriptors: Mental health; Nurses; Health Promotion

RESUMEN

Introducción: La salud mental de los enfermeros ha adquirido relevancia frente a la sobrecarga laboral, la presión emocional y las condiciones organizacionales que intensifican el sufrimiento psíquico, lo que refuerza la necesidad de reflexionar sobre estrategias de cuidado al cuidador. **Objetivo:** Reflexionar teóricamente sobre los determinantes del sufrimiento psíquico y las estrategias de promoción de la salud mental de enfermeros, a la luz de evidencias contemporáneas. **Métodos:** Ensayo teórico-reflexivo elaborado a partir de debates académicos, experiencias profesionales y análisis interpretativo de estudios recientes sobre salud mental de enfermeros, sufrimiento moral, burnout, fatiga por compasión e intervenciones institucionales, utilizando como referencia un conjunto de producciones científicas previamente seleccionadas. **Resultados:** El sufrimiento psíquico deriva de múltiples factores, entre ellos la sobrecarga laboral, insuficiencia de recursos, conflictos éticos, exposición continua al sufrimiento humano y fragilidades organizacionales, generando ansiedad, estrés, agotamiento emocional y perjuicios en la calidad del cuidado. Se identificaron estrategias de promoción del bienestar basadas en políticas institucionales, apoyo psicossocial, desarrollo de competencias emocionales y prácticas de autocuidado. **Conclusiones:** Promover la salud mental de los enfermeros es un imperativo ético, humano y organizacional que requiere acciones integradas entre gestión, educación y apoyo emocional, fortaleciendo el bienestar profesional y contribuyendo a prácticas asistenciales más seguras y humanizadas.

Descriptores: Salud mental; Enfermeros; Promoción de la Salud.

Introdução

A saúde mental dos profissionais de enfermagem tem se consolidado como um eixo estratégico para a qualidade assistencial e para o funcionamento seguro dos sistemas de saúde. Em escala global, estudos mostram que enfermeiros atuam em ambientes caracterizados por demandas emocionais intensas, elevada complexidade clínica e escassez de recursos, condições que favorecem o surgimento de sofrimento psicológico, ansiedade, depressão e estresse pós-traumático, especialmente em cenários de crise sanitária ou de sobrecarga prolongada.¹ Durante a pandemia de COVID-19, tais tensões tornaram-se ainda mais evidentes, ampliando riscos psicossociais decorrentes de jornadas extenuantes, exposição a situações traumáticas e desafios éticos no cuidado, o que resultou em impacto negativo substancial sobre o bem-estar emocional dos enfermeiros em diversos países.²

O adoecimento mental desses profissionais, contudo, não se limita a contextos emergenciais. Sintomas como exaustão emocional, tristeza persistente, irritabilidade, distúrbios do sono e desgaste psicofísico são frequentes entre enfermeiros que vivenciam rotinas intensas e alto grau de responsabilidade na assistência. Em muitos casos, tais manifestações persistem de forma acumulada, configurando quadros de sofrimento psíquico crônico, influenciados por cargas emocionais associadas ao lidar contínuo com sofrimento humano e situações de elevada pressão clínica.³ Esses achados reforçam que, mesmo fora de períodos críticos, a prática de enfermagem envolve um trabalho emocional exigente, que impacta diretamente a saúde mental quando não há suporte adequado.

Diversos fatores ocupacionais ampliam esse cenário de vulnerabilidade. Sobrecarga de trabalho, equipes reduzidas, conflitos interpessoais, falta de autonomia, limitações organizacionais e dilemas éticos recorrentes constituem elementos que intensificam o desgaste emocional entre enfermeiros.³ Entre esses fatores, destaca-se o moral distress, experiência marcada pela percepção de que a ação considerada eticamente adequada não pode ser realizada devido a barreiras institucionais ou estruturais. Tal fenômeno associa-se a sentimentos de frustração,

impotência, culpa e insatisfação profissional, além de contribuir para maior risco de exaustão e prejuízos à qualidade do cuidado.⁴ Ao mesmo tempo, conflitos relacionados ao ritmo de trabalho, à pressão por resultados e ao acúmulo de responsabilidades técnicas e humanas têm sido identificados como determinantes importantes de sofrimento na enfermagem.³

A dimensão relacional da enfermagem também exerce influência significativa sobre o bem-estar dos profissionais. As expectativas de usuários e familiares, que incluem acolhimento, empatia, escuta qualificada e presença emocional, requerem habilidades interpessoais robustas e disponibilidade afetiva, frequentemente comprometidas por condições organizacionais adversas. Estudo recente aponta que os enfermeiros enfrentam dificuldades em manter vínculos terapêuticos de qualidade quando a sobrecarga impede tempo adequado para interação, gerando tensões emocionais, sentimentos de insuficiência e desgaste nas relações de cuidado.⁵ Soma-se a isso o fato de que atitudes negativas, estigma e desafios comunicacionais dentro das equipes podem agravar o sofrimento psíquico, especialmente em contextos de maior complexidade, como saúde mental e emergências.⁶

Além desses determinantes, dados recentes têm destacado que o sofrimento

psicológico entre enfermeiros também está fortemente relacionado a agravos físicos persistentes, especialmente a dor crônica.⁷ Um estudo realizado na China, de larga escala, demonstrou que a dor crônica, frequentemente resultante de sobrecarga musculoesquelética e padrões repetitivos de trabalho, apresenta associação robusta com ansiedade, depressão, fadiga, burnout, solidão e redução do bem-estar subjetivo, configurando um ciclo de retroalimentação entre dor e sofrimento mental que agrava vulnerabilidades já existentes na categoria profissional.⁷ Ademais, a coexistência de múltiplos sítios de dor mostrou-se particularmente impactante, indicando que quanto maior o número de áreas acometidas, mais intensos são os indicadores de adoecimento emocional, elemento que reforça a compreensão da saúde mental como fenômeno integrado ao corpo e às condições de trabalho.⁸ Esse achado amplia a compreensão sobre o adoecimento dos enfermeiros ao evidenciar que a fragilidade física, frequentemente invisibilizada, interage de forma direta com a saúde mental, intensificando sintomas psicológicos e comprometendo a capacidade de enfrentamento no cotidiano laboral.

Nesse contexto, torna-se evidente que a saúde mental dos enfermeiros é influenciada por fatores multidimensionais, que incluem demandas emocionais, cargas éticas, conflitos organizacionais, desgaste físico, dor persistente e vulnerabilidades interpessoais. Embora avanços tenham sido alcançados na caracterização dos fatores de risco, ainda são insuficientes as iniciativas voltadas à promoção do bem-estar emocional e à construção de ambientes saudáveis. Intervenções que fortaleçam competências socioemocionais, como autoconsciência, regulação emocional, comunicação e gestão de conflitos, têm demonstrado potencial para promover adaptação, reduzir sintomas e favorecer práticas de cuidado mais humanizadas, destacando a relevância de programas baseados em inteligência emocional para o fortalecimento de quem cuida.⁸

Diante desse panorama complexo e multifatorial, torna-se essencial refletir sobre estratégias que promovam a saúde mental dos enfermeiros de maneira ampla, integrada e sustentável. O presente estudo teórico-reflexivo tem como objeto a promoção da saúde mental de enfermeiros no contexto do trabalho em saúde e busca analisar, à luz das evidências científicas disponíveis, os determinantes desse processo e os caminhos possíveis para fortalecer o bem-estar emocional desses profissionais fundamentais para a sociedade.

Método

Trata-se de um ensaio teórico-reflexivo, elaborado a partir de debates, leituras dirigidas e análises críticas desenvolvidas no âmbito das atividades formativas do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG). A reflexão emergiu das discussões realizadas ao longo das disciplinas e experiências acadêmicas que abordam a saúde do trabalhador de enfermagem, a subjetividade no cuidado, o sofrimento psíquico e as estratégias de promoção da saúde mental, temas que compõem o itinerário formativo do pesquisador e dialogam com sua vivência profissional.

A construção do ensaio foi embasada em estudos contemporâneos sobre saúde mental de enfermeiros, burnout, sofrimento moral, fadiga emocional, crise de sentido no trabalho e intervenções institucionais de cuidado, complementados por produções científicas recentes sistematizadas no documento disponibilizado para fundamentação do estudo. A partir desse conjunto de evidências, o texto foi estruturado em processo dialógico e reflexivo, integrando teoria, problematização crítica e compreensão ampliada do fenômeno.

Por se tratar de um estudo reflexivo, não foram definidos critérios formais de inclusão ou exclusão de materiais bibliográficos, uma vez que a proposta não busca exaustividade, mas profundidade analítica. Assim, priorizaram-se referências que contribuíssem para a compreensão dos determinantes da saúde mental dos enfermeiros, para a identificação de vulnerabilidades psicossociais e para a discussão de estratégias de promoção do bem-estar emocional no contexto do trabalho em saúde.

A reflexão foi estruturada a partir das inquietações geradas pelo contato direto com o fenômeno do adoecimento emocional na enfermagem e pela análise crítica dos desafios que atravessam o cotidiano desses profissionais. Adotou-se uma abordagem que articula teoria, vivência profissional e evidências científicas, da qual emergiram três categorias reflexivas centrais: 1) Determinantes estruturais e organizacionais do sofrimento psíquico de enfermeiros; 2) Repercussões emocionais, psicossociais e éticas do trabalho em enfermagem; 3) Estratégias institucionais e individuais para promover a saúde mental de quem cuida.

O ensaio, dessa forma, propõe-se a contribuir para o debate acadêmico e profissional sobre o cuidado ao cuidador, enfatizando a necessidade de ambientes de trabalho saudáveis e práticas de apoio emocional que fortaleçam o bem-estar dos enfermeiros.

Resultados e Discussão

Categoria 1 - Determinantes estruturais e organizacionais do sofrimento psíquico

Os estudos analisados evidenciam que o sofrimento psíquico dos enfermeiros está profundamente enraizado em fatores estruturais e organizacionais, que moldam o cotidiano laboral nos serviços de saúde. A sobrecarga de trabalho, a escassez de recursos humanos e materiais e o acúmulo de responsabilidades administrativas aparecem como problemas recorrentes em diversos contextos. Na Atenção Primária à Saúde (APS),⁹ autores destacam que a precarização das condições de trabalho, aliada ao aumento constante da demanda assistencial, cria um ambiente propício ao esgotamento profissional e ao estresse crônico.

De modo semelhante, pesquisadores identificam que as dimensões de organização, relações socioprofissionais e condições de trabalho nas Unidades Básicas de Saúde foram classificadas como de risco “grave” ou “crítico” para adoecimento psíquico, revelando que a APS, apesar de ser espaço de vínculo e cuidado longitudinal, também pode adoecer seus profissionais pelas condições estruturais precárias.¹⁰

Em ambientes hospitalares, especialmente em setores de alta complexidade, o cenário se intensifica. Estudo recente conduzido com enfermeiros de Unidades de Terapia Intensiva mostram que a elevada demanda emocional, as decisões rápidas sob pressão e a vigilância contínua favorecem o surgimento de burnout e estresse elevado.¹¹ Pesquisadores identificaram que 43,26% dos enfermeiros intensivistas apresentavam níveis altos de estresse, e que a exaustão emocional era um dos componentes mais pronunciados do burnout, sendo fortemente influenciada pelo trabalho por turnos, privação de sono e pressões econômicas.¹¹

No contexto internacional, fatores estruturais semelhantes são observados. Autores apontam que a proporção inadequada enfermeiro-paciente é o principal motor do burnout entre enfermeiros hospitalares nos Estados Unidos, visto que cada paciente adicional aumenta em 23% a chance de esgotamento emocional.¹² Esse achado

reforça a centralidade do dimensionamento de pessoal como determinante direto da saúde mental dos trabalhadores. Além disso, o multiemprego (prática comum entre enfermeiros) foi identificado como resultante de maiores níveis de fadiga, distúrbios do sono e maior burnout, revelando impactos diretos da insuficiência salarial, da sobrecarga financeira e da necessidade de múltiplos vínculos empregatícios para garantir subsistência.¹³

A soma desses achados demonstra que o sofrimento psíquico dos enfermeiros é um fenômeno estrutural e transnacional, influenciado por modelos de gestão, políticas de financiamento, condições laborais e organização dos serviços. Portanto, não se trata apenas de fragilidades individuais, mas de um problema sistêmico que compromete tanto os profissionais quanto a qualidade do cuidado.

Categoria 2 – Repercussões emocionais e psicossociais do trabalho em enfermagem

A literatura revela que as condições de trabalho adversas se traduzem em múltiplas repercussões emocionais e psicossociais para os enfermeiros. Na APS, a sobrecarga emocional resulta em prevalência elevada de transtornos mentais comuns, como ansiedade, estresse e depressão, além de sentimentos de desvalorização e invisibilidade profissional.⁹

Esse cenário se agrava quando o enfermeiro lida diariamente com demandas superiores à sua capacidade operacional, levando à sensação de insuficiência e à desmotivação. Em ambientes hospitalares, especialmente após a pandemia de COVID-19, os impactos emocionais tornam-se ainda mais evidentes. Autores identificaram que os enfermeiros vivenciam aumento expressivo de ansiedade, depressão e burnout, influenciado pelo medo da contaminação, pelo luto contínuo e pela quebra das redes de apoio familiar durante o isolamento social.¹⁴ A experiência de conviver diariamente com a morte intensificou o sofrimento moral e evidenciou a vulnerabilidade emocional dos profissionais da linha de frente.¹⁴

Entre enfermeiros de oncologia, a presença de fadiga por compaixão, fenômeno relacionado à exposição prolongada ao sofrimento dos pacientes e à impossibilidade de atender integralmente às demandas emocionais do cuidado.¹⁵ Os autores demonstram que burnout e estresse traumático secundário estão significativamente associados a altos níveis de carga emocional, revelando que trabalhadores de setores de cuidado prolongado enfrentam riscos específicos de adoecimento psicológico.¹⁵

Outro aspecto importante diz respeito ao estigma em buscar ajuda profissional.¹⁶ Enfermeiros com altos níveis de exaustão emocional apresentam maior resistência à busca de suporte psicológico, perpetuando o ciclo de sofrimento e impedindo intervenções precoces. Além disso, o estigma é mais pronunciado entre homens e entre profissionais expostos a longas jornadas e ambientes altamente estressantes.¹⁶

Esse achado desafia a compreensão tradicional de autocuidado, ao mostrar que barreiras culturais e institucionais influenciam diretamente o acesso ao cuidado psicológico. O burnout impacta tanto a vida pessoal quanto o desempenho profissional, resultando em distúrbios de sono, problemas comportamentais e comprometimento dos sistemas imunológico, digestivo e circulatório.¹¹ Os autores reforçam que o estresse crônico e a ausência de estratégias adequadas de enfrentamento tornam o burnout um processo autoperpetuante, cujas repercussões ultrapassam o ambiente laboral para afetar a saúde global do trabalhador.^{11,16}

Esses achados revelam que as repercussões emocionais do trabalho em enfermagem não são eventos isolados, mas expressões de um sofrimento multifacetado, que envolve vulnerabilidades emocionais, sobrecarga cognitiva, desgaste físico e impactos sociais e

familiares. Cuidar de quem cuida, exige reconhecer essas dimensões como parte central da experiência laboral de enfermeiros.

Categoria 3 – Estratégias institucionais e individuais para a promoção da saúde mental

Diante de um panorama amplamente marcado por condições estruturais adversas e repercussões emocionais significativas, os estudos convergem para a necessidade de estratégias robustas para promover a saúde mental dos enfermeiros. No âmbito institucional, políticas de valorização profissional, garantia de condições dignas de trabalho e fortalecimento dos programas de apoio emocional são apontadas como ações indispensáveis. Estudos apontam a importância da implementação de políticas de suporte emocional, espaços de escuta qualificada, rodas de conversa e a criação de núcleos de atenção psicossocial específicos para profissionais de enfermagem.^{9,17}

Nos cenários internacionais, autores enfatizam a importância de programas organizacionais de apoio, acesso a aconselhamento psicológico e estabelecimento de horários flexíveis como medidas eficazes para reduzir estresse e prevenir burnout.¹⁸ Além disso, políticas legislativas que garantem dimensionamento de pessoal adequado são essenciais para reduzir a sobrecarga e evitar a rotatividade, sendo essa uma das evidências mais consistentes para a redução do burnout hospitalar.¹²

As estratégias individuais também desempenham papel relevante. Pesquisadores demonstram que o desenvolvimento de habilidades de regulação emocional pode atuar como mediador entre estresse e fadiga por compaixão, reduzindo comportamentos de evitação e fortalecendo a resiliência emocional.¹⁵ Práticas como mindfulness, atividade física e participação em grupos reflexivos mostram-se eficazes em contextos de cuidado intensivo.¹⁵

Estratégias construtivas de coping, como planejamento, reinterpretação positiva e busca por apoio emocional, estão associadas a menores níveis de burnout.¹¹ Em contraste, estratégias desadaptativas, como uso de substâncias, desengajamento comportamental e autculpa, agravam significativamente o sofrimento psíquico e devem ser alvo de intervenções preventivas e educativas.¹¹

Outro aspecto relevante é a importância das ações educativas.^{9,17} A formação continuada e o desenvolvimento de competências emocionais são componentes centrais para que o enfermeiro reconheça sinais de sofrimento, mobilize estratégias de autocuidado e desenvolva resiliência perante desafios assistenciais.^{9,17} Durante e após a pandemia, cientistas têm apontado que estratégias de acolhimento psicológico remoto, escuta ativa e suporte emocional contínuo foram fundamentais para amenizar impactos severos do sofrimento psíquico, destacando o papel das tecnologias de cuidado em saúde mental.¹⁴

A literatura converte-se na afirmação de que cuidar de quem cuida é uma responsabilidade institucional e coletiva, que exige ações coordenadas, políticas duradouras e práticas de cuidado emocional que vão além do esforço individual do enfermeiro.^{9,14,17} Estratégias educativas, suporte psicossocial estruturado, valorização profissional e ambientes de trabalho seguros constituem pilares essenciais para promover saúde mental, garantir qualidade assistencial e sustentar a força de trabalho em enfermagem.

Conclusão

A reflexão desenvolvida neste ensaio evidencia que a saúde mental dos enfermeiros constitui um pilar essencial para a sustentação ética, segura e humanizada do cuidado em

saúde, reafirmando que o adoecimento psíquico desses profissionais não pode ser compreendido de maneira isolada, mas como um fenômeno multifatorial influenciado por condições estruturais, organizacionais, emocionais e éticas que atravessam o cotidiano laboral. Ansiedade, estresse crônico, exaustão emocional, sofrimento moral e fadiga por compaixão emergem em cenários marcados por sobrecarga, escassez de recursos, múltiplas demandas e exposição contínua ao sofrimento humano, comprometendo o bem-estar profissional, as relações terapêuticas e a qualidade da assistência.

Reconhece-se, assim, a necessidade de transformar determinantes estruturais do sofrimento, compreender as repercussões psicossociais que atravessam o trabalho e implementar estratégias robustas de promoção da saúde mental que integrem ambientes saudáveis, apoio psicológico, dimensionamento adequado de pessoal, valorização profissional, fortalecimento das competências emocionais, práticas de autocuidado, suporte social e espaços de escuta qualificada.

Cuidar de quem cuida deve consolidar-se como um eixo estruturante das políticas de saúde, da gestão e da formação em enfermagem, visto que garantir o bem-estar emocional dos enfermeiros é condição indispensável para a humanização do cuidado, a segurança assistencial e a construção de sistemas de saúde mais éticos, sensíveis e sustentáveis.

Agradecimentos

Ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG) com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001.

Referências

1. Riedel B, Horen SR, Reynolds A, Jahromi AH. Mental health disorders in nurses during the COVID-19 pandemic: implications and coping strategies. *Front Public Health*. 2021;9:707358. doi: 10.3389/fpubh.2021.707358.
2. Georgousopoulou Y, Pervanidou P, Perdikaris P, Vlachioti E, Zagana V, Kourtis G, et al. Covid-19 pandemic? Mental health implications among nurses and proposed interventions. *AIMS Public Health*. 2024;11(1):273–293. doi: 10.3934/publichealth.2024014.
3. Salen MO, Eshah NF, Rayan AH. Empowerment predicting nurses' work motivation and occupational mental health. *SAGE Open Nurs*. 2022;8:1–12. doi: 10.1177/23779608221076811.
4. Lamoureux S, Mitchell AE, Forster E. Moral distress among acute mental health nurses: a systematic review. *Nurs Ethics*. 2024;31(7):1178–1195.
5. Moyo N, Jones M, Kushemererwa D, Arefadib N, Jones A, Pantha S, et al. Service user and carer views and expectations of mental health nurses: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(17):11001. doi: 10.3390/ijerph191711001.
6. Dickens GL, Schoultz M, Hallett N. Mental health nurses' measured attitudes to people and practice: systematic review of UK empirical research 2000–2019. *J Psychiatr Ment Health Nurs*. 2022;29:788–812. doi: 10.1111/jpm.12826.
7. Ren Z, Yang J, Huang C, Yu Q, Li X, Chen Z, et al. Association between chronic pain and mental health among nurses in China: a national cross-sectional study. *BMC Nurs*. 2025;24:865. doi: 10.1186/s12912-025-03505-y.
8. Pereira AFS, Prior AIS, Ferreira M, Fonte C. Cuidar de quem cuida: eficácia de um programa de inteligência emocional para enfermeiros. *Investig Enferm Imagen Desarr*. 2020;22(1). doi: 10.11144/Javeriana.ie22.cpep.
9. Abreu RM. Saúde mental dos enfermeiros na atenção primária. *RECIMA21*. 2025;6(6):1-17. doi: 10.47820/recima21.v6i6.6508.
10. Jeronymo HCL, Oliveira MP, Soares NM, Mombelli MA. Saúde mental e o contexto de trabalho de enfermeiros da rede pública. *Rev Eletr Acervo Saúde*. 2025;25:e18326. doi: 10.25248/reas.e18326.2025.
11. Wudarczyk B, Krupa-Nurcek S, Czapla M, Uchmanowicz I. Factors influencing burnout, stress levels, and coping strategies among nursing staff in intensive care units. *Front Public Health*. 2025;13:1530353. doi: 10.3389/fpubh.2025.1530353.
12. Muir KJ, Sliwinski K, Pogue CA, Golinelli D, Petto A, Lasater KB, et al. Lower burnout among hospital nurses in California attributed to better nurse staffing ratios. *Policy Polit Nurs Pract*.

2025;26(3):219-26. doi: 10.1177/15271544251317506.

13. Dubis K, Korzeń A, Sroka Z, Wójcik K, Lompart Ł, Padykuła M, et al. Burnout and fatigue and the employment of nurses in several workplaces: a cross-sectional study. *Int J Occup Med Environ Health*. 2025;38(4):352-63. doi: 10.13075/ijomeh.1896.02613.

14. Oliveira FPM, Silva MCA, Ferreira SR, Bordon FM. Saúde mental dos enfermeiros da assistência hospitalar pós pandemia de COVID-19. *Contemporary Journal*. 2025;5(9):1-16. doi: 10.56083/RCV5N9-059.

15. Gu Y, Lu Y, Yu W, Yang H. The mediating effect of emotional regulation between stress and compassion fatigue of oncology nurses. *Asian Nurs Res*. 2025;19:178-83.

16. Smajlović A, Budler LC. Burnout and the stigma of help-seeking in nurses: a cross-sectional study. *Acta Psychol*. 2025;261:105792.

17. Brito RB, Quadros MJS, Gonçalves IFM, Costa LBR, Martins DHN. A importância da saúde mental do enfermeiro nos serviços de saúde: estratégias de enfrentamento e prevenção. *Revista Científica Multidisciplinar*. 2024;5(6):e565427.

18. Dziedzic B, Łodziana K, Marcysiak M, Kryczka T. Occupational stress and social support among nurses. *Front Public Health*. 2025;13:1621312. doi: 10.3389/fpubh.2025.1621312.

Autor correspondente

Nayara Cristina Milan
Rua Gabriel Monteiro da Silva, 700. CEP - 37130-
000-Centro. Alfenas, Minas Gerais, Brasil.
nayara.milan@sou.unifal-mg.edu.br