

ESTRATÉGIAS PARA MITIGAR RISCOS PSICOSSOCIAIS NOS ENFERMEIROS EM CONTEXTO DE TRABALHO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Cidália Anjos Rodrigues Martins¹; Daniela Vitoria Fernandes Dos Santos²; Edite Carvalho Pinto³; Tânia Tomé Pissarro⁴; Elisabeta Martins Fontoura⁵; Bruno Miguel Costa Santos⁶; Maria Helena De Oliveira Penaforte⁷.

DOI: 10.47094/IIICOLUBRASMU.2026/RS/24

RESUMO

Introdução: Os riscos psicossociais afetam significativamente a saúde mental dos trabalhadores, particularmente nos enfermeiros que exercem funções em contextos de prática clínica. As dimensões psicossociais mais relevantes no contexto laboral compreendem as exigências inerentes ao trabalho, a estrutura e organização das atividades laborais, a qualidade das relações interpessoais, estilo de liderança, a articulação entre as esferas profissional e familiar, as condições de saúde e bem-estar no ambiente laboral, bem como a ocorrência de comportamentos de natureza ofensiva. Estes riscos resultam da interação entre fatores laborais, individuais e sociais. **Objetivo:** Identificar estratégias para diminuição dos riscos psicossociais nos enfermeiros em contexto laboral. **Metodologia:** Realizada uma Revisão Integrativa da Literatura, cumprindo as etapas preconizadas por Dhollande et al. (2021). A pesquisa foi realizada entre março e abril de 2025, via EBSCO, nas bases de dados Medline Complete, Cinahl Complete; MedicLatina, assim como na base de dados Web of Science e Scopus, incluindo estudos publicados entre 2015 e 2025. Para a operacionalização da estratégia de pesquisa, recorreu-se a operadores booleanos, adaptando os termos de pesquisa por base de dados. Após triagem dos estudos, através da plataforma Rayyan, foram incluídos 9 artigos, selecionados tendo em conta os critérios de inclusão e exclusão, definidos à priori. **Resultados:** da análise dos estudos elegíveis, foram identificadas estratégias relacionadas com a saúde e bem-estar, organização do trabalho, relações interpessoais, de liderança, exigências laborais, interface trabalho – enfermeiro. Destacam-se práticas de autocuidado e estratégias de coping para lidar com stress laboral, criação de espaços institucionais de bem-estar e redução de stress, atividades formativas, flexibilização laboral, apoio às responsabilidades familiares, programas de mindfulness, atividades de cooperação interequipa. Identificam-se nos estudos resultados positivos na implementação de estratégias de mitigação dos riscos psicossociais em enfermeiros, que exigem uma abordagem integrada a longo prazo. **Conclusões:** Os riscos psicossociais assumem-se como uma dimensão complexa e transversal do trabalho, não podendo ser reduzidos a fatores isolados, mas entendidos como processos interativos, associados à cultura organizacional, às práticas de gestão e às transformações sociais e económicas. Destaca-se a importância de estratégias organizacionais sistemáticas, sustentadas na promoção da saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde ocupacional. Enfermagem. Saúde mental.