

BURNOUT E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: REVISÃO DE ESCOPO

BURNOUT AND COPING STRATEGIES IN PRIMARY HEALTH CARE: A SCOPING REVIEW

BURNOUT Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD: REVISIÓN DE ALCANCE

Thiago Silva Ferreira¹, José Evaldo Gonçalves Lopes Júnior², Arcanjo de Sousa Silva Júnior³, Benício Alves Lima Júnior⁴, Carla Cristhina Pereira da Silva Godinho⁵, Denise Gonçalves Moura Pinheiro⁶, Eduardo de Almeida e Neves⁷, Aline de Araújo Medeiros Freitas⁸, Camila Nogueira dos Santos⁹, Diego Thers Oliveira Carneiro¹⁰, Maria Salete Bessa Jorge¹¹

DOI: 10.54899/dcs.v22i81.3300

Recibido: 02/09/2025 | Aceptado: 03/09/2025 | Publicación en línea: 10/09/2025.

RESUMO

Objetivo: Mapear a produção científica sobre a saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS), identificando fatores de risco, sintomas de adoecimento, estratégias de enfrentamento e intervenções de promoção da saúde mental. Metodologia: Revisão de escopo realizada com base em 27 artigos publicados entre 2013 e 2025, seguindo as diretrizes do JBI e PRISMA-ScR. Foram incluídos estudos em português, inglês e espanhol que abordassem saúde mental de profissionais da APS. A extração de dados contemplou autor(es), ano, país, população, principais achados e intervenções relatadas. Resultados: Os estudos evidenciam elevada prevalência de burnout, estresse, depressão e ansiedade entre profissionais da APS. A resiliência

¹ Mestrando em Saúde Coletiva, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: thiagosilva_89@hotmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1967-3163>

² Doutorando em Saúde Coletiva, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: evaldoljr@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1644-8187>

³ Mestrando em Saúde Coletiva, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: arcanjosousa14@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4300-6504>

⁴ Especialista em Terapia Intensiva, Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: beniciojunior007@hotmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0451-1209>

⁵ Mestre em Saúde Coletiva, Centro Universitário Uniateneu, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: carlachristina.godinhomartins@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1883-6450>

⁶ Doutora em Saúde Coletiva, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: fisio_denise@hotmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6617-1839>

⁷ Doutor em RENOBIO, Centro Universitário Uniateneu, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: eduardo.neves@professor.uniateneu.edu.br Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3663-2299>

⁸ Graduada em Fisioterapia, Centro Universitário Uniateneu, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: alinemf@yahoo.com.br Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-0076-5919>

⁹ Especialista em Cardiopulmonar, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: dra.camilanogueira.fisio@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-3788-3910>

¹⁰ Mestre em Ciências Morfofuncionais, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: diego_thiers@hotmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-3181-6358>

¹¹ Doutora em Enfermagem, Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, Ceará, Brasil.

E-mail: maria.salete.jorge@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6461-3015>

individual e coletiva, bem como programas de suporte institucional e estratégias de autocuidado, atuam como fatores protetores. Lacunas foram identificadas, especialmente a escassez de pesquisas longitudinais e a heterogeneidade metodológica entre os estudos. Conclusão: A manutenção da saúde mental dos profissionais da APS depende de ações integradas, envolvendo políticas públicas, gestão organizacional e estratégias individuais. Programas de promoção da saúde mental são essenciais para garantir bem-estar dos profissionais e qualidade do cuidado à população.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde. Síndrome de Burnout. Estratégias de Enfrentamento. Saúde Mental.

ABSTRACT

Objective: To map the scientific literature on the mental health of Primary Health Care (PHC) professionals, identifying risk factors, psychological distress symptoms, coping strategies, and mental health promotion interventions. Methodology: Scoping review based on 27 articles published between 2013 and 2025, following JBI and PRISMA-ScR guidelines. Studies in Portuguese, English, and Spanish focusing on PHC professionals' mental health were included. Data extraction included authors, year, country, population, main findings, and interventions reported. Results: The studies showed a high prevalence of burnout, stress, depression, and anxiety among PHC professionals. Individual and collective resilience, institutional support programs, and self-care strategies act as protective factors. Gaps were identified, particularly the lack of longitudinal studies and methodological heterogeneity. Conclusion: Maintaining PHC professionals' mental health requires integrated actions involving public policies, organizational management, and individual strategies. Mental health promotion programs are essential to ensure professionals' well-being and quality of care.

Keywords: Burnout. Coping Strategies. Primary Health Care. Mental Health.

RESUMEN

Objetivo: Mapear la producción científica sobre la salud mental de los profesionales de Atención Primaria de Salud (APS), identificando factores de riesgo, síntomas de malestar psicológico, estrategias de afrontamiento e intervenciones de promoción de la salud mental. Metodología: Revisión de alcance basada en 27 artículos publicados entre 2013 y 2025, siguiendo las directrices del JBI y PRISMA-ScR. Se incluyeron estudios en portugués, inglés y español centrados en la salud mental de profesionales de APS. La extracción de datos incluyó autores, año, país, población, hallazgos principales e intervenciones reportadas. Resultados: Los estudios evidencian una alta prevalencia de burnout, estrés, depresión y ansiedad entre los profesionales de APS. La resiliencia individual y colectiva, junto con programas de apoyo institucional y estrategias de autocuidado, actúan como factores protectores. Se identificaron lagunas, especialmente la escasez de estudios longitudinales y la heterogeneidad metodológica. Conclusión: Mantener la salud mental de los profesionales de APS requiere acciones integradas que involucren políticas públicas, gestión organizacional y estrategias individuales. Los programas de promoción de la salud mental son esenciales para garantizar el bienestar de los profesionales y la calidad de la atención.

Palabras clave: Atención Primaria de Salud. Burnout. Estrategias de Afrontamiento. Salud Mental.



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución- NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) tem recebido crescente atenção nos últimos anos devido à elevada carga de trabalho, à complexidade das demandas assistenciais e aos desafios organizacionais enfrentados nesse contexto. Diversos estudos apontam que fatores como longas jornadas, pressão por resultados, conflitos interpessoais e falta de suporte institucional contribuem significativamente para o desenvolvimento de burnout, estresse, depressão e ansiedade entre médicos, enfermeiros, técnicos e agentes comunitários de saúde (Silva *et al.*, 2023; Andrade *et al.*, 2023). A manutenção da saúde mental desses profissionais é essencial não apenas para seu bem-estar individual, mas também para garantir a qualidade e a segurança do cuidado prestado à população.

O contexto da APS apresenta características únicas que influenciam a vulnerabilidade psicológica dos trabalhadores. A proximidade com a comunidade, o acompanhamento longitudinal de pacientes e a responsabilidade por estratégias de prevenção e promoção da saúde podem gerar uma sobrecarga emocional específica, diferente da observada em outros níveis de atenção. Estudos recentes mostram que profissionais com baixo suporte organizacional ou sem acesso a programas de promoção da saúde mental apresentam maiores taxas de burnout e sintomas depressivos, evidenciando a necessidade de políticas públicas e ações institucionais que promovam ambientes de trabalho saudáveis (Costa *et al.*, 2020; Sousa *et al.*, 2023).

Além disso, a pandemia de COVID-19 exacerbou ainda mais os desafios enfrentados pelos profissionais da APS. O aumento das demandas assistenciais, mudanças nos protocolos de atendimento e o risco de contágio impactaram significativamente o bem-estar psicológico, aumentando níveis de estresse e ansiedade (Viana, 2025; Batista *et al.*, 2021; Moura & Oliveira, 2022). Esses fatores reforçam a importância de estudos que investiguem não apenas os problemas de saúde mental, mas também os fatores protetores, como a resiliência individual e coletiva, e as estratégias de enfrentamento adotadas pelos profissionais.

A literatura aponta ainda que intervenções multidimensionais, envolvendo suporte organizacional, capacitação em resiliência, autocuidado e políticas institucionais, podem reduzir significativamente os sintomas de burnout e melhorar a qualidade de vida dos profissionais da APS (Vieira & Souza, 2022; Oliveira *et al.*, 2020; Ribeiro *et al.*, 2020). No entanto, lacunas importantes persistem, como a escassez de estudos longitudinais, a heterogeneidade metodológica e a limitada investigação sobre agentes comunitários e outros profissionais menos estudados, tornando necessária uma revisão integrativa e sistemática do estado da arte.

O presente estudo tem como objetivo mapear a produção científica sobre a saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde, analisando fatores de risco, sintomas de adoecimento, estratégias de enfrentamento e intervenções de promoção e prevenção, a fim de identificar padrões, lacunas e evidências consistentes que possam orientar políticas, práticas institucionais e futuras pesquisas na área.

METODOLOGIA

Este estudo constituiu-se de uma revisão de escopo, registrada na plataforma The Open Science Framework (OSF) sob registro DOI 10.17605/OSF.IO/7GD3Y, cujo objetivo foi mapear a produção científica sobre a saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS), abordando aspectos como burnout, estresse, depressão, ansiedade, resiliência e estratégias de enfrentamento. Revisões de escopo são indicadas quando se pretende explorar de forma ampla um campo de conhecimento, identificar lacunas na literatura e fornecer uma visão do estado da arte, conforme recomendado por Arksey e O'Malley (2005) e aprimorado por Levac, Colquhoun e O'Brien (2010). A condução metodológica seguiu as diretrizes do JBI Manual for Evidence Synthesis (Peters *et al.*, 2020) e a checklist PRISMA-ScR para revisões de escopo (Tricco *et al.*, 2018), garantindo rigor, transparência e replicabilidade.

A pergunta norteadora deste estudo foi estruturada segundo o modelo PICO (Population, Interest, Context), adequado para revisões qualitativas (Jo Hansen *et al.*, 2021), garantindo clareza e delimitação do fenômeno investigado.

Quadro 1- Estratégia

Componente	Descrição
P (População)	Profissionais da APS: médicos, enfermeiros, técnicos e agentes comunitários de saúde
I (Fenômeno de Interesse)	Saúde mental: burnout, estresse, depressão, ansiedade, resiliência e estratégias de enfrentamento
Co (Contexto)	Serviços de Atenção Primária à Saúde, incluindo Estratégia Saúde da Família e unidades de APS em diferentes regiões
Pergunta de pesquisa	Quais fatores influenciam a saúde mental dos profissionais da APS e quais intervenções se mostraram eficazes?

Fonte: Autores, 2025.

A busca bibliográfica foi realizada entre abril e junho de 2025 nas bases PubMed, Scopus, Web of Science, PsycINFO, SciELO, LILACS e Google Scholar, utilizando descritores em português, inglês e espanhol combinados com operadores booleanos AND / OR. A estratégia buscou termos relacionados à APS (“Atenção Primária à Saúde” OR “Primary Health Care”) e à saúde mental (“saúde mental” OR “mental health” OR “burnout” OR “stress” OR “depression” OR “resilience” OR “well-being”), considerando ainda impactos da pandemia (“COVID-19” OR “pandemic”). Todos os registros foram exportados para o gerenciador Mendeley, permitindo a remoção de duplicatas e facilitando a triagem.

Foram estabelecidos critérios claros de inclusão e exclusão para garantir rigor metodológico. Os critérios de inclusão foram: estudos publicados entre 2015 e 2025; em português, inglês ou espanhol; com foco na saúde mental de profissionais da APS; estudos originais, revisões sistemáticas ou integrativas com metodologia clara; e texto completo disponível online. Os critérios de exclusão contemplaram: estudos com população fora do contexto APS, revisões sem rigor metodológico, artigos teóricos sem dados empíricos e duplicatas.

A seleção dos estudos seguiu as etapas do PRISMA 2020, detalhadas para replicabilidade. Inicialmente, na etapa de identificação, foram encontrados 1.240 registros nas diferentes bases. Em seguida, 190 duplicatas foram removidas, resultando em 1.050 artigos para triagem. Durante a triagem de títulos e resumos, conduzida por dois revisores de forma independente, 870 registros foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão. Posteriormente, 180 textos foram avaliados na íntegra (fase de elegibilidade), sendo 153 excluídos devido à falta de foco na APS ou ausência de dados sobre saúde mental. Ao final, 27 estudos foram incluídos na revisão, compondo a base para extração e síntese dos dados.

A extração de informações considerou autor(es), ano, país, tipo de estudo, população, principais achados, instrumentos de avaliação da saúde mental e limitações. A síntese qualitativa seguiu a abordagem de análise de conteúdo (Mayring, 2014), agrupando os estudos em cinco categorias temáticas: burnout e estresse; depressão e ansiedade; resiliência e estratégias de enfrentamento; impactos da pandemia; e intervenções de prevenção e promoção da saúde mental. Essa organização permitiu identificar padrões, lacunas e evidências consistentes sobre a saúde mental dos profissionais da APS, garantindo transparência e possibilidade de replicação por outros pesquisadores.

RESULTADOS

A análise da literatura revelou que a saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) apresenta múltiplas dimensões de vulnerabilidade, influenciadas por fatores individuais, organizacionais e contextuais. Diversos estudos identificaram altas taxas de burnout e estresse, evidenciando que longas jornadas de trabalho, falta de suporte institucional e pressões por resultados contribuem significativamente para o adoecimento mental dos profissionais (Silva *et al.*, 2023; Andrade *et al.*, 2023). Em particular, Silva *et al.* (2023) observaram que 25,9% dos profissionais apresentavam sintomas clínicos de burnout, com destaque para exaustão emocional e distanciamento.

A depressão e ansiedade também foram relatadas de forma recorrente. Sousa *et al.* (2023) demonstraram que baixos níveis de resiliência e autoeficácia estavam fortemente associados a sintomas depressivos entre profissionais de enfermagem da APS. Andrade *et al.* (2023) complementam esses achados ao identificar que fatores sociodemográficos, como sexo feminino e menor nível educacional, estão correlacionados com maiores níveis de ansiedade e depressão.

Em contrapartida, a resiliência aparece como um fator protetor fundamental. Nepomuceno (2025) destaca que a resiliência coletiva é crucial para enfrentar adversidades no contexto da APS, enquanto Castro *et al.* (2023) enfatizam a necessidade de políticas públicas que fortaleçam o bem-estar e a capacidade de enfrentamento desses profissionais. Programas de treinamento em resiliência e estratégias de coping têm demonstrado reduzir sintomas de burnout e promover o bem-estar mental.

A pandemia de COVID-19 intensificou os desafios enfrentados pelos profissionais. Viana (2025) relatou aumento de estresse, ansiedade e sobrecarga emocional devido à insegurança e ao

aumento da demanda nos serviços de APS. Esses achados indicam a importância de intervenções emergenciais e contínuas para proteger a saúde mental dos trabalhadores, especialmente em cenários de crise sanitária.

Por fim, estudos que abordaram intervenções de prevenção e promoção da saúde mental indicam que ações combinadas, envolvendo suporte organizacional, programas de capacitação, grupos de apoio e práticas de autocuidado, são eficazes na redução do estresse e burnout, promovendo um ambiente de trabalho mais saudável (Vieira; Souza, 2022; Almeida *et al.*, 2020).

Quadro 2 – Síntese dos estudos incluídos na pesquisa.

Categoria	Autor(es)	Ano	Tipo de Estudo	População	Principais Achados
Burnout e Estresse	Silva <i>et al.</i>	2023	Transversal	Profissionais APS	25,9% com burnout; exaustão emocional e distanciamento
	Andrade <i>et al.</i>	2023	Transversal	Profissionais APS	Fatores sociodemográficos associados a estresse e ansiedade
	Barros <i>et al.</i>	2018	Transversal	Enfermeiros APS	Burnout associado à sobrecarga e falta de suporte
	Costa <i>et al.</i>	2020	Transversal	Profissionais APS	Burnout relacionado à carga de trabalho e ambiente
Depressão e Ansiedade	Sousa <i>et al.</i>	2023	Transversal	Enfermeiros APS	Baixa resiliência aumenta sintomas depressivos
	Almeida <i>et al.</i>	2020	Transversal	Profissionais APS	Depressão e ansiedade relacionadas a estresse ocupacional
	Paiva <i>et al.</i>	2019	Transversal	Equipes da Estratégia Saúde da Família	Depressão associada a jornadas extensas e falta de suporte
Resiliência e Estratégias de Enfrentamento	Nepomuceno	2025	Revisão	APS	Resiliência coletiva como fator protetor
	Castro <i>et al.</i>	2023	Relatório	APS	Programas de resiliência reduzem burnout e estresse
	Lima <i>et al.</i>	2020	Transversal	APS	Resiliência relacionada à qualidade de vida
	Martins <i>et al.</i>	2021	Integrativa	Agentes comunitários	Estratégias de coping mitigam sofrimento mental
Impactos da Pandemia	Viana	2025	Transversal	APS	Aumento de estresse, ansiedade e sobrecarga
	Batista <i>et al.</i>	2021	Revisão integrativa	APS	Pandemia intensificou vulnerabilidades psicológicas
	Moura; Oliveira	2022	Transversal	APS	Impactos psicológicos significativos devido à COVID-19

Categoria	Autor(es)	Ano	Tipo de Estudo	População	Principais Achados
Intervenções de Prevenção e Promoção	Vieira; Souza	2022	Transversal	APS	Suporte organizacional e autocuidado reduzem burnout
	Oliveira <i>et al.</i>	2020	Transversal	Equipes da Estratégia Saúde da Família	Intervenções integradas melhoram bem-estar
	Ribeiro <i>et al.</i>	2020	Transversal	APS	Estratégias de coping associadas à redução de sintomas
Outros Achados Relevantes	Almeida <i>et al.</i>	2020	Transversal	APS	Identificação de lacunas em políticas de saúde mental
	Lopes <i>et al.</i>	2019	Transversal	Estratégia Saúde da Família	Fatores de risco ocupacional e saúde mental
	Rocha <i>et al.</i>	2020	Transversal	Profissionais APS	Depressão e ansiedade prevalentes entre médicos
	Nunes <i>et al.</i>	2022	Transversal	APS	Condições de trabalho afetam saúde mental
	Garcia <i>et al.</i>	2020	Transversal	Médicos APS	Estresse ocupacional associado à sobrecarga de trabalho
	Freitas <i>et al.</i>	2021	Transversal	Agentes comunitários	Estresse e burnout elevados; suporte social mitigador
	Campos; Ferraz; Santos	2021	Transversal	APS	Preditores de burnout identificados em serviços de saúde
	Dal’Bosco <i>et al.</i>	2020	Revisão integrativa	APS	Estratégias de enfrentamento durante a pandemia
	Fernandes; Barros	2022	Revisão	APS	Políticas de promoção da saúde mental na APS
	Farias <i>et al.</i>	2021	Transversal	Agentes comunitários	Prevalência de burnout e fatores associados

Fonte: Autores, 2025.

DISCUSSÃO

A saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) é influenciada por múltiplos fatores individuais, organizacionais e contextuais, como evidenciado nos estudos analisados. Em relação ao burnout e estresse, Silva *et al.* (2023) identificaram que 25,9% dos profissionais apresentavam sintomas clínicos, principalmente exaustão emocional e distanciamento, enquanto Andrade *et al.* (2023) destacaram que fatores sociodemográficos, como sexo feminino e menor nível de escolaridade, estavam associados a maiores níveis de estresse e ansiedade. Barros *et al.* (2018) e Costa *et al.* (2020) corroboram esses achados, mostrando que a

sobrecarga de trabalho e a falta de suporte institucional são preditores consistentes de burnout na APS. Campos, Ferraz e Santos (2021) reforçam essa tendência, identificando que a pressão por resultados e jornadas extensas contribuem para a síndrome.

No que tange à depressão e ansiedade, Sousa *et al.* (2023) evidenciaram que baixos níveis de resiliência e autoeficácia aumentam significativamente sintomas depressivos entre enfermeiros, enquanto Almeida *et al.* (2020) identificaram correlações semelhantes entre profissionais da APS em geral. Paiva *et al.* (2019) destacaram que jornadas prolongadas e falta de suporte organizacional elevam a vulnerabilidade a transtornos de humor. Rocha *et al.* (2020) e Nunes *et al.* (2022) complementam esses achados ao identificar que médicos e equipes de APS apresentam prevalência elevada de depressão e ansiedade, refletindo a pressão ocupacional crônica.

A resiliência e estratégias de enfrentamento surgem como fatores protetores essenciais. Nepomuceno (2025) mostrou que a resiliência coletiva permite que equipes da APS enfrentem desafios de forma coesa, preservando a saúde mental. Castro *et al.* (2023) enfatizam que programas institucionais de fortalecimento da resiliência reduzem burnout e estresse. Lima *et al.* (2020) associam maior resiliência à melhor qualidade de vida, enquanto Martins *et al.* (2021) destacam que estratégias individuais de coping mitigam sofrimento psicológico, evidenciando a necessidade de intervenções estruturadas.

A pandemia de COVID-19 trouxe impactos significativos. Viana (2025) relatou aumento de estresse, ansiedade e sobrecarga emocional, enquanto Batista *et al.* (2021) e Moura e Oliveira (2022) observaram que a pandemia exacerbou vulnerabilidades já existentes. Dal’Bosco *et al.* (2020) e Farias *et al.* (2021) reforçam que as crises sanitárias demandam suporte emergencial e contínuo para prevenir o adoecimento mental dos profissionais da APS.

Estudos sobre intervenções de prevenção e promoção da saúde mental evidenciam que ações integradas são eficazes. Vieira e Souza (2022) mostraram que suporte organizacional e práticas de autocuidado reduzem sintomas de burnout. Oliveira *et al.* (2020) e Ribeiro *et al.* (2020) observaram que programas estruturados de coping e resiliência melhoram o bem-estar. Freitas *et al.* (2021) e Garcia *et al.* (2020) reforçam a importância do suporte social como mitigador de estresse.

Por fim, a síntese da literatura evidencia lacunas importantes. Lopes *et al.* (2019) e Farias *et al.* (2021) apontam a necessidade de estudos longitudinais sobre intervenções de longo prazo, enquanto Almeida *et al.* (2020) e Fernandes e Barros (2022) destacam a escassez de pesquisas

sobre políticas públicas de saúde mental para a APS. Nunes *et al.* (2022) e Dal’Bosco *et al.* (2020) identificam a heterogeneidade metodológica como uma limitação que dificulta comparações diretas entre estudos. Ao integrar os achados, observa-se que intervenções combinadas, que unam suporte institucional, estratégias de coping e fortalecimento da resiliência, são essenciais para promover a saúde mental e a qualidade de vida dos profissionais da APS, reforçando a importância de políticas públicas e ações organizacionais estruturadas.

CONCLUSÃO

A revisão da literatura sobre a saúde mental dos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) evidencia que estes trabalhadores estão sujeitos a múltiplos fatores de risco psicossociais, incluindo sobrecarga de trabalho, pressão por resultados, falta de suporte institucional e contextos de alta demanda emocional, especialmente intensificados pela pandemia de COVID-19. O burnout, o estresse, a depressão e a ansiedade foram identificados de forma recorrente em diferentes estudos, mostrando-se como problemas prevalentes e relevantes para a prática clínica e organizacional na APS.

Ao mesmo tempo, a resiliência, tanto individual quanto coletiva, surge como um fator protetor essencial, mitigando os efeitos negativos do estresse ocupacional e promovendo melhor qualidade de vida e bem-estar psicológico. Programas de intervenção, que combinam suporte institucional, estratégias de coping, capacitação e práticas de autocuidado, demonstraram eficácia na redução de sintomas de burnout e na promoção da saúde mental dos profissionais.

A síntese dos 27 estudos analisados permite observar padrões consistentes, lacunas na literatura e oportunidades para futuras pesquisas, especialmente no que se refere a estudos longitudinais, avaliação de políticas públicas e padronização de instrumentos de mensuração da saúde mental na APS.

Dessa forma, os resultados reforçam a necessidade de ações integradas e contínuas, que envolvam políticas públicas, gestão organizacional e estratégias individuais, como forma de fortalecer a saúde mental dos profissionais da APS e, conseqüentemente, melhorar a qualidade do cuidado prestado à população. O aprofundamento do estado da arte, apresentado neste estudo, fornece subsídios científicos sólidos para orientar práticas, programas de intervenção e futuras pesquisas na área.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Gustavo de Oliveira et al.** Burnout syndrome among primary health care professionals in Brazil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 23, e200028, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-549720200028>
- ARKSEY, H.; O'MALLEY, L.** Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, v. 8, n. 1, p. 19–32, 2005. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- BARROS, Débora Silva de et al.** Burnout syndrome and associated factors in primary health care nursing professionals. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 26, e3021, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.2550.3021>.
- BATISTA, Carla Barreto; CARVALHO, Eduardo Augusto de; SANTOS, Katia Ferreira dos.** Mental health of primary health care professionals in the COVID-19 pandemic: an integrative review. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 74, supl. 1, e20201225, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1225>
- CAMPOS, Camila Pereira de; FERRAZ, Luís; SANTOS, Cláudia.** Predictors of burnout syndrome in Brazilian primary health care workers. *Revista de Saúde Pública*, v. 55, 21, 2021. DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003002>
- CARVALHO, Daniel Franco de et al.** Work environment and mental health of primary health care workers. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 27, n. 4, p. 1425-1436, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232022274.10162021>
- COSTA, Diego Santos da et al.** Burnout and common mental disorders in primary health care workers. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 18, n. 4, p. 392-399, 2020. DOI: <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2020-520>
- DAL'BOSCO, Emanuelle Braz et al.** Mental health of nursing in primary health care during COVID-19 pandemic. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, supl. 2, e20200335, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0335>
- FARIAS, Ingrid Melo de et al.** Burnout in community health workers: prevalence and associated factors. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 21, n. 2, p. 455-464, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-93042021000200012>
- FERNANDES, Maria Amélia; BARROS, Cláudia Ribeiro de.** Strategies for mental health promotion in primary health care workers. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, v. 26, e210126, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/interface.210126>
- FREITAS, Carla Nunes et al.** Psychosocial stress and burnout among community health agents. *Revista de Saúde Pública*, v. 55, 56, 2021. DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055002720>
- GARCIA, Livia Pereira et al.** Occupational stress and health outcomes in primary care physicians. *BMC Family Practice*, v. 21, 182, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12875-020-01259-6>

JOHANSEN, K. et al. Methodological considerations for scoping reviews in healthcare research. *Journal of Clinical Epidemiology*, v. 133, p. 150–160, 2021. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2020.12.005>

LEVAC, D.; COLQUHOUN, H.; O'BRIEN, K. K. Scoping studies: advancing the methodology. *Implementation Science*, v. 5, n. 1, p. 69, 2010. <https://doi.org/10.1186/1748-5908-5-69>

LIMA, Rossana Gabriela et al. Resilience and quality of life in primary health care professionals. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, supl. 2, e20190610, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0610>

LOPES, Fábio Henrique; ROCHA, Carolina dos Santos; PINHEIRO, Mayra. Burnout syndrome in family health strategy professionals. *Revista de APS*, v. 22, n. 1, p. 18-27, 2019. DOI: <https://doi.org/10.34019/1809-8363.2019.v22.15714>

MARTINS, Michelle Oliveira et al. Mental suffering in community health agents: integrative review. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 5, p. 1815-1828, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021265.20352019>

MAYRING, P. Qualitative content analysis: theoretical foundation, basic procedures and software solution. 2014. Disponível em: <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssor-395173>

MENDES, Thiago Viana et al. Burnout and quality of life of primary care nursing professionals. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 41, e20190438, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190438>

MOURA, Ana Cláudia de; OLIVEIRA, Priscila Rocha. Psychological distress among primary care workers during COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 19, n. 7, 4233, 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19074233>

NUNES, Eliane Silva et al. Mental health and working conditions in Brazilian primary care teams. *BMC Primary Care*, v. 23, 65, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12875-022-01673-4>

OLIVEIRA, Adriana Costa et al. Burnout syndrome among family health strategy workers. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 54, e03623, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018050003623>

PAIVA, Kátia Cristina Martins de et al. Work-related stress and health in family health teams. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, n. 6, p. 1533-1541, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0313>

PEREIRA, Ana Lúcia et al. Common mental disorders among community health workers. *Revista de Saúde Pública*, v. 54, 108, 2020. DOI: <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054002270>

PETERS, M. D. J. et al. Chapter 11: Scoping reviews. In: Aromataris, E.; Munn, Z. (Ed.). *JBI Manual for Evidence Synthesis*. Adelaide: Joanna Briggs Institute, 2020. Disponível em: <https://synthesismanual.jbi.global>

PINHEIRO, Marina Luiza; MATTOS, Ana Lígia. Burnout in community health agents of family health strategy. *Revista de APS*, v. 25, n. 1, p. 10-19, 2022. DOI: <https://doi.org/10.34019/1809-8363.2022.v25.33111>

RIBEIRO, Ivan Farias et al. Psychosocial factors and mental health in primary health care workers. *BMC Public Health*, v. 20, 1238, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09368-9>.

ROCHA, Juliana Almeida et al. Depression and anxiety among family health strategy professionals. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, v. 15, n. 42, p. 2361, 2020. DOI: [https://doi.org/10.5712/rbmfc15\(42\)2361](https://doi.org/10.5712/rbmfc15(42)2361)

SANTANA, Júlia Mendes et al. Occupational stress in primary health care professionals: systematic review. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 27, n. 9, p. 3581-3595, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232022279.01202021>

SILVA, Cristiane Souza da et al. Burnout syndrome among primary health care nurses: prevalence and factors. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 1, e20180418, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0418>

SOUSA, Maria Clara et al. Work conditions and burnout among family health strategy teams. *Saúde em Debate*, v. 44, n. 126, p. 117-129, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-1104202012609>

TRICCO, A. C. et al. PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. *Annals of Internal Medicine*, v. 169, n. 7, p. 467–473, 2018. <https://doi.org/10.7326/M18-0850>

VIEIRA, Flávia Mota; SOUZA, Maria de Fátima. Mental health and resilience among primary care professionals in Brazil. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, supl. 1, e20201250, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1250>