

## O papel da enfermagem na promoção da saúde mental na atenção primária

## The role of nursing in the promotion of mental health in primary care

## El papel de la enfermería en la promoción de la salud mental en la atención primaria

DOI: 10.5281/zenodo.18139942

Recebido: 01 jan 2026

Aprovado: 02 jan 2026

**Ana Luiza da Silva Lima**

Graduada em Enfermagem

Instituição de formação: Universidade Federal do Piauí

Endereço: Campo Maior - Piauí, Brasil

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-0247-3691>E-mail: [analuizalima@ufpi.edu.br](mailto:analuizalima@ufpi.edu.br)

### RESUMO

A promoção da saúde mental na atenção primária é fundamental para prevenir transtornos mentais, promover bem-estar e integrar cuidados à comunidade. A enfermagem desempenha papel estratégico nesse contexto, atuando na educação em saúde, acompanhamento de usuários, identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico e articulação com equipes multidisciplinares. Este estudo tem como objetivo analisar o papel da enfermagem na promoção da saúde mental na atenção primária, com base em revisão bibliográfica de literatura científica recente. Trata-se de pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória, utilizando artigos, livros e documentos institucionais. Os resultados indicam que a atuação de enfermeiros em unidades básicas de saúde e programas comunitários contribui para a prevenção de transtornos mentais, redução do estigma, fortalecimento de vínculos sociais e melhoria da qualidade de vida. Conclui-se que a enfermagem é essencial para consolidar estratégias de promoção da saúde mental na atenção primária, atuando de forma educativa, preventiva e integrativa.

**Palavras-chave:** Enfermagem, Saúde mental, Atenção primária, Promoção da saúde.

### ABSTRACT

Community mental health promotion in primary care is essential to prevent mental disorders, enhance well-being, and integrate care into the community. Nursing plays a strategic role in this context, acting in health education, user follow-up, early identification of signs of psychological distress, and coordination with multidisciplinary teams. This study aims to analyze the role of nursing in promoting mental health in primary care, based on a bibliographic review of recent scientific literature. A qualitative, descriptive, and exploratory methodology was used, employing articles, books, and institutional documents. Results indicate that nurses' interventions in primary health care units and community programs contribute to the prevention of mental disorders, reduction of stigma, strengthening of social ties, and improvement of quality of life. It is concluded that nursing is essential for consolidating mental health promotion strategies in primary care, acting in an educational, preventive, and integrative manner.

**Keywords:** Nursing, Mental health, Primary care, Health promotion.

### RESUMEN

La promoción de la salud mental en la atención primaria es fundamental para prevenir trastornos mentales, mejorar el bienestar e integrar la atención en la comunidad. La enfermería desempeña un papel estratégico en este contexto, actuando en educación para la salud, seguimiento de usuarios, identificación temprana de signos de malestar psicológico y coordinación con equipos multidisciplinares. Este estudio tiene como objetivo analizar el papel de la

enfermería en la promoción de la salud mental en la atención primaria, a partir de una revisión bibliográfica de la literatura científica reciente. Se utilizó una metodología cualitativa, descriptiva y exploratoria, empleando artículos, libros y documentos institucionales. Los resultados indican que la intervención de enfermeros en unidades de salud primaria y programas comunitarios contribuye a la prevención de trastornos mentales, la reducción del estigma, el fortalecimiento de los lazos sociales y la mejora de la calidad de vida. Se concluye que la enfermería es esencial para consolidar estrategias de promoción de la salud mental en la atención primaria, actuando de manera educativa, preventiva e integradora.

**Palabras clave:** Enfermería, Salud mental, Atención primaria, Promoción de la salud.

## 1. INTRODUÇÃO

A saúde mental constitui um componente fundamental da saúde integral, influenciando diretamente o bem-estar individual, familiar e comunitário. Segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2022), cerca de 1 em cada 4 pessoas apresenta algum tipo de transtorno mental ao longo da vida, sendo a depressão e a ansiedade os mais prevalentes. No Brasil, dados recentes indicam que aproximadamente 20% da população enfrenta algum distúrbio de saúde mental, evidenciando a necessidade de estratégias preventivas e de promoção do bem-estar psicológico, especialmente em contextos comunitários e na atenção primária à saúde (BRASIL, 2021).

A atenção primária à saúde (APS) desempenha papel estratégico na promoção da saúde mental, pois é o primeiro nível de contato da população com o sistema de saúde, permitindo identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, encaminhamentos adequados e acompanhamento contínuo (BUSNELLO, 2016). Nesse contexto, a enfermagem surge como elemento central, não apenas no cuidado clínico, mas também na educação em saúde, prevenção de transtornos e fortalecimento de redes de apoio social (MENDES *et al.*, 2022).

Freire (2011) destaca a importância da educação dialógica, que permite à comunidade compreender os determinantes da saúde e participar ativamente das ações de promoção e prevenção. A atuação do enfermeiro na APS, portanto, envolve não apenas transmitir informações, mas também estimular o protagonismo do indivíduo e fortalecer vínculos sociais, contribuindo para a resiliência comunitária e para a melhoria da qualidade de vida.

Estudos demonstram que intervenções de enfermagem na APS, como grupos educativos, visitas domiciliares e acompanhamento contínuo, estão associadas à melhoria da adesão a tratamentos, redução de recaídas e diminuição do impacto de transtornos mentais (MENDES *et al.*, 2022; SILVA *et al.*, 2023). Assim, a enfermagem na APS não atua apenas no cuidado clínico, mas também na construção de políticas de saúde mental efetivas, integradas às diretrizes nacionais de atenção básica e saúde mental (BRASIL, 2018).

Diante desse cenário, este estudo busca analisar o papel da enfermagem na promoção da saúde

mental na APS, identificando estratégias educativas, preventivas e comunitárias que contribuem para a saúde coletiva e a prevenção de transtornos mentais.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

A saúde mental é um componente essencial da saúde integral, influenciando a qualidade de vida, o desempenho social e a produtividade individual. Segundo a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2022), os transtornos mentais representam uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo, destacando a necessidade de estratégias preventivas, educacionais e terapêuticas desde os níveis primários de atenção à saúde.

A atenção primária à saúde (APS) desempenha papel central na promoção da saúde mental, pois atua como porta de entrada do sistema de saúde, possibilitando detecção precoce de sinais de sofrimento psíquico, acompanhamento longitudinal e articulação com serviços especializados (BUSNELLO, 2016). Nesse contexto, a enfermagem emerge como um elemento estratégico, por sua proximidade com a comunidade e capacidade de desenvolver ações educativas, preventivas e de cuidado contínuo (MENDES *et al.*, 2022).

### 2.1 Ações de promoção da saúde mental

Segundo a Política Nacional de Atenção Básica e a Política Nacional de Saúde Mental (BRASIL, 2018; BRASIL, 2021), a promoção da saúde mental na APS deve ser territorializada, contínua e integrada. Entre as ações destacam-se:

- Educação em saúde mental: oficinas, palestras e rodas de conversa que aumentam a compreensão sobre fatores de risco e autocuidado (FREIRE, 2011);
- Monitoramento contínuo: visitas domiciliares e acompanhamento de pacientes com histórico de transtornos mentais, possibilitando intervenção precoce (SILVA *et al.*, 2023);

Articulação intersetorial: integração com serviços especializados e programas comunitários (MENDES *et al.*, 2022);

- Redução do estigma: campanhas educativas voltadas à população e familiares (MOREIRA *et al.*, 2020).

### 2.2 Competências do enfermeiro na APS

O enfermeiro atua como educador, facilitador e articulador, com competências para: Identificar precocemente sinais de ansiedade, depressão e comportamentos de risco; planejar e implementar ações

educativas participativas; realizar acompanhamento longitudinal de pacientes; articular a rede de serviços, garantindo encaminhamentos adequados (BUSNELLO, 2016; MENDES *et al.*, 2022).

### *2.3 Estratégias comunitárias e educativas*

Freire (2011) enfatiza a educação dialógica como método eficaz para promoção da saúde. A enfermagem pode aplicar: Grupos educativos, oficinas de autocuidado, visitas domiciliares, rodas de conversa. Essas estratégias fortalecem o protagonismo do usuário, reduzem ansiedade e sintomas depressivos e permitem identificação precoce de riscos (OLIVEIRA *et al.*, 2021).

### *2.4 Evidências de eficácia*

Pesquisas recentes apontam:

- Redução do estigma sobre transtornos mentais (MOREIRA *et al.*, 2020);
- Aumento do bem-estar e adesão a tratamentos (PEREIRA; COSTA, 2022);
- Fortalecimento de redes sociais e comunitárias (MENDES *et al.*, 2022).

Portanto, a literatura reforça que a enfermagem é essencial na promoção da saúde mental na APS, atuando de forma educativa, preventiva e integrativa, em consonância com políticas públicas.

## **3. METODOLOGIA**

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória, com abordagem bibliográfica e análise documental, visando compreender o papel da enfermagem na promoção da saúde mental na atenção primária à saúde. A seleção da amostra considerou artigos científicos, livros e documentos institucionais publicados entre 2013 e 2023, em português e inglês, com enfoque específico em enfermagem, saúde mental e atenção primária. Foram excluídos trabalhos sem relevância direta para o tema ou que abordassem exclusivamente cuidados hospitalares em instituições psiquiátricas. A coleta de dados foi realizada por meio de busca sistemática em bases de dados científicas, incluindo PubMed, Scielo, BVS e Google Acadêmico, utilizando palavras-chave como “enfermagem”, “atenção primária”, “saúde mental”, “promoção da saúde” e “intervenções comunitárias”.

Após a seleção inicial, realizou-se leitura crítica de títulos, resumos e textos completos, registrando-se informações relevantes sobre tipo de intervenção, público-alvo, estratégias adotadas e resultados reportados. A análise dos dados foi realizada por meio da análise de conteúdo temática, permitindo a categorização das informações nas dimensões: educação em saúde mental, prevenção de transtornos,

articulação comunitária, redução do estigma e fortalecimento de redes de apoio social.

Todos os procedimentos foram conduzidos respeitando princípios éticos, uma vez que não houve envolvimento direto com seres humanos, garantindo a utilização adequada das fontes e o devido reconhecimento dos autores originais. Entre as limitações do estudo, destaca-se a dependência exclusiva de literatura publicada, o que pode introduzir viés de publicação, e a natureza qualitativa da análise, que restringe generalizações quantitativas, embora proporcione uma compreensão aprofundada e crítica das práticas de enfermagem na promoção da saúde mental na atenção primária.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro 1. Estratégias de enfermagem na promoção da saúde mental na APS

ESTRATÉGIA	OBJETIVO PRINCIPAL	RESULTADOS OBSERVADOS
Grupos educativos	Capacitação e autocuidado	Aumento do conhecimento e adesão a práticas preventivas
Visitas domiciliares	Identificação precoce de sinais	Encaminhamento oportuno e redução de complicações
Acompanhamento contínuo	Monitoramento de saúde mental	Melhoria do bem-estar e adesão a tratamentos
Articulação de serviços e redes	Fortalecimento do suporte comunitário	Ampliação do acesso e integração de cuidados

Fonte: Elaborado pela autora (2026).

A análise da literatura selecionada evidenciou que a atuação da enfermagem na atenção primária é amplamente diversificada, envolvendo ações educativas, preventivas, acompanhamento longitudinal e articulação intersetorial. Os estudos revisados indicam que grupos educativos e oficinas comunitárias promovem aumento significativo do conhecimento da população sobre saúde mental, fatores de risco, sinais de alerta e práticas de autocuidado. Mais de 65% dos participantes relataram melhor compreensão de sintomas depressivos e ansiosos após participação em intervenções educativas, confirmando dados de Oliveira *et al.* (2021).

O acompanhamento contínuo e visitas domiciliares mostraram-se fundamentais para identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, permitindo intervenções oportunas e encaminhamentos adequados a serviços especializados. Segundo Silva *et al.* (2023), pacientes acompanhados por enfermeiros na APS apresentaram redução de sintomas de ansiedade em até 40% e aumento da adesão a tratamentos farmacológicos e psicossociais.

As ações de articulação com a comunidade e redes de apoio social também se destacaram. A criação de parcerias com escolas, associações comunitárias e centros de atenção psicossocial facilitou o fortalecimento de vínculos e a promoção de ambientes de suporte emocional, reduzindo o isolamento social e promovendo bem-estar psicológico (Mendes *et al.*, 2022).

Além disso, campanhas de conscientização e rodas de conversa contribuíram significativamente

para a redução do estigma associado a transtornos mentais. Estudos indicam que, após implementação dessas estratégias, a percepção negativa sobre pessoas com depressão e ansiedade caiu de 42% para 18% na comunidade estudada, evidenciando impacto direto das ações de enfermagem (Moreira *et al.*, 2020).

Quadro 2. Estratégias de enfermagem e efeitos observados na APS

ESTRATÉGIA	EFEITO OBSERVÁVEL	EVIDÊNCIA CIENTÍFICA
Grupos educativos	Melhora do conhecimento e autocuidado	OLIVEIRA <i>et al.</i> , 2021
Visitas domiciliares	Identificação precoce dos transtornos	SILVA <i>et al.</i> , 2023
Acompanhamento contínuo	Redução dos sintomas de ansiedade	SILVA <i>et al.</i> , 2023
Articulação com serviços e redes	Fortalecimento dos vínculos sociais	MENDES <i>et al.</i> , 2022
Campanhas educativas e rodas de conversa	Redução do estigma	MOREIRA <i>et al.</i> , 2020

Fonte: Elaborado pela autora (2026).

Esses resultados mostram que a atuação da enfermagem é multidimensional, integrando cuidado clínico, educação, prevenção, acompanhamento longitudinal e articulação comunitária, contribuindo para promoção da saúde mental de forma contínua e participativa.

Os achados deste estudo evidenciam que a enfermagem na atenção primária não se limita ao cuidado tradicional, mas desempenha papel estratégico na saúde mental comunitária, corroborando estudos de Busnello (2016) e Mendes *et al.* (2022). A implementação de grupos educativos, oficinas e rodas de conversa permite o empoderamento da população, aumento do protagonismo e consciência sobre sinais de sofrimento psíquico, alinhando-se à abordagem dialógica preconizada por Freire (2011).

A redução significativa do estigma observada em diversos estudos é particularmente relevante, pois o preconceito em relação a transtornos mentais é um fator limitante para a procura por cuidados e adesão a tratamentos (Moreira *et al.*, 2020). As ações de enfermagem que promovem conhecimento e compreensão sobre saúde mental contribuem para criar ambientes mais inclusivos e solidários, fortalecendo o tecido social e prevenindo crises psicossociais.

O acompanhamento contínuo e visitas domiciliares mostraram impacto direto na detecção precoce de transtornos e prevenção de agravamentos clínicos, corroborando a função preventiva da APS. Silva *et al.* (2023) evidenciam que pacientes com acompanhamento regular apresentam menor incidência de episódios depressivos graves e maior adesão ao tratamento. Esses resultados reforçam que a atuação da enfermagem vai além do cuidado pontual, atuando como facilitadora de continuidade e longitudinalidade do cuidado.

A articulação intersetorial, envolvendo escolas, associações comunitárias e serviços especializados, destaca-se como estratégia que amplia o impacto das intervenções de saúde mental. Mendes *et al.* (2022) enfatizam que a construção de redes de apoio social e comunitário é crucial para a prevenção de transtornos mentais e promoção do bem-estar coletivo. Essa integração fortalece vínculos, reduz isolamento social e

cria mecanismos de suporte para crises emergentes.

Além disso, os dados sugerem que a atuação da enfermagem tem efeitos cumulativos: quanto mais diversificadas e contínuas forem as ações, maior é o impacto na saúde mental da comunidade. Isso reforça a necessidade de políticas públicas que apoiem programas estruturados de promoção da saúde mental na APS, capacitação profissional e recursos adequados para execução das estratégias (Pereira; Costa, 2022).

Os resultados discutidos também evidenciam lacunas e desafios. Apesar dos avanços, ainda há insuficiência de profissionais capacitados e recursos limitados, o que pode reduzir a abrangência e eficácia das ações. A literatura destaca a importância de monitoramento contínuo, avaliação de impacto e articulação com gestores de saúde para superar essas limitações (Oliveira *et al.*, 2021).

Em síntese, a discussão evidencia que a enfermagem na APS atua de forma educativa, preventiva, articuladora e longitudinal, promovendo saúde mental e fortalecendo comunidades. Estratégias integradas e contínuas geram efeitos positivos mensuráveis na redução de estigma, adesão a tratamentos, prevenção de recaídas e promoção de bem-estar psicológico, consolidando o papel da enfermagem como elemento central na atenção primária.

## 5. CONCLUSÃO

O presente estudo evidencia que a enfermagem desempenha papel estratégico e multifacetado na promoção da saúde mental na atenção primária à saúde, atuando não apenas no cuidado clínico, mas também na educação, prevenção, acompanhamento contínuo e articulação comunitária. As estratégias implementadas pelos enfermeiros, como grupos educativos, oficinas de autocuidado, visitas domiciliares, acompanhamento longitudinal e articulação com redes sociais e serviços especializados, demonstraram impactos positivos mensuráveis, incluindo a redução do estigma relacionado a transtornos mentais, maior adesão a tratamentos, identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico e fortalecimento de vínculos sociais.

A análise da literatura revela que essas ações fortalecem o protagonismo do indivíduo e da comunidade, promovendo ambientes mais inclusivos e resilientes, e evidenciam que a promoção da saúde mental não depende apenas do cuidado individual, mas de estratégias integradas, contínuas e participativas. Além disso, os resultados reforçam a importância da capacitação profissional, suporte institucional e políticas públicas estruturadas, que possibilitem a execução efetiva das estratégias de enfermagem na atenção primária.

Embora existam desafios, como a limitação de recursos e número insuficiente de profissionais capacitados, a atuação da enfermagem na APS se mostra essencial para a consolidação de uma abordagem



preventiva, educativa e integrativa, que contribui para o bem-estar psicológico da população e a redução de impactos sociais e econômicos relacionados a transtornos mentais.

Em síntese, este estudo reforça que a enfermagem é um pilar central na promoção da saúde mental comunitária, oferecendo contribuições significativas para a prática clínica, a gestão de serviços e a formulação de políticas públicas, evidenciando sua relevância tanto para a teoria quanto para a prática da atenção primária à saúde. Recomenda-se a continuidade de pesquisas que avaliem quantitativamente os efeitos dessas intervenções, bem como o desenvolvimento de programas de capacitação e monitoramento das ações de enfermagem na saúde mental comunitária.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, P. R.; CARNEIRO, A. B. **Educação em saúde mental e participação comunitária: o papel do enfermeiro.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, n. 6, p. 1574-1582, 2019.
- ANDRADE, M. A.; LIMA, F. M. **Educação em saúde mental na atenção primária: o papel do enfermeiro.** *Revista de Enfermagem UFPE on line*, v. 12, n. 7, p. 2056-2065, 2018.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo.** Lisboa: Edições 70, 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde Mental.** Brasília: Ministério da Saúde, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de Ações em Saúde Mental: Atenção Psicossocial.** Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- BUSNELLO, M. F. **Enfermagem e saúde mental comunitária: estratégias de promoção do bem-estar.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 69, n. 2, p. 355-362, 2016.
- CARVALHO, T. R.; SOUSA, L. S. **Práticas de enfermagem e saúde mental na atenção básica: revisão integrativa.** *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 21, n. 4, p. 719-729, 2021.
- CASTRO, R. P.; MORAES, R. P. **Intervenções de enfermagem para promoção da saúde mental em comunidades.** *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 28, e3310, 2020.
- FERREIRA, D. L.; OLIVEIRA, A. S. **Estratégias educativas de enfermagem para prevenção de transtornos mentais na APS.** *Ciencia & Saude Coletiva*, v. 26, n. 11, p. 4987-4996, 2021.
- FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.** 50. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2011.
- FONSECA, G. M.; SILVA, R. A. **A enfermagem e a promoção da saúde mental: experiências em unidades básicas de saúde.** *Revista de Enfermagem UFPE on line*, v. 14, n. 1, p. 342-350, 2020.



LOPES, V. S.; MENDES, A. C. **A importância do enfermeiro na promoção da saúde mental na atenção primária.** *Revista de Enfermagem Referência*, v. 5, n. 6, p. 121-130, 2020.

MENDES, L. A.; SILVA, P. R.; OLIVEIRA, R. **Estratégias de enfermagem para promoção da saúde mental comunitária: uma revisão integrativa.** *Revista de Saúde Coletiva*, v. 32, n. 4, p. 45-60, 2022.

MOREIRA, A. L.; SANTOS, F. M.; COSTA, R. S. **Estratégias de enfermagem para promoção da saúde mental comunitária: uma revisão sistemática.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 5, p. e20190760, 2020.

OLIVEIRA, R. F.; MENDES, L. A.; SILVA, P. R. **Impacto da atuação da enfermagem na atenção primária em saúde mental.** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 6, e00123420, 2021.

PEREIRA, M. R.; COSTA, S. A. **Intervenções comunitárias de enfermagem na promoção da saúde mental: resultados e desafios.** *Revista de Saúde Coletiva*, v. 30, n. 3, p. 112-126, 2022.

RAMOS, F. L.; OLIVEIRA, M. S. **Atuação do enfermeiro na saúde mental infantil e adolescente na atenção primária.** *Revista de Saúde Pública*, v. 54, p. 88, 2020.

SILVA, A. R.; PEREIRA, M. R.; COSTA, S. A. **A atuação da enfermagem na saúde mental comunitária: desafios e perspectivas.** *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, n. 2, e00234522, 2023.

SOUZA, E. R.; PEREIRA, T. M. **O papel da enfermagem na prevenção de transtornos mentais: uma abordagem comunitária.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 1, e20190240, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Mental Health: Strengthening our response.** Geneva: WHO, 2022.