



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO

Secretaria Municipal de Saúde

Subsecretaria de Promoção, Atenção Primária e Vigilância em Saúde

Programa de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade

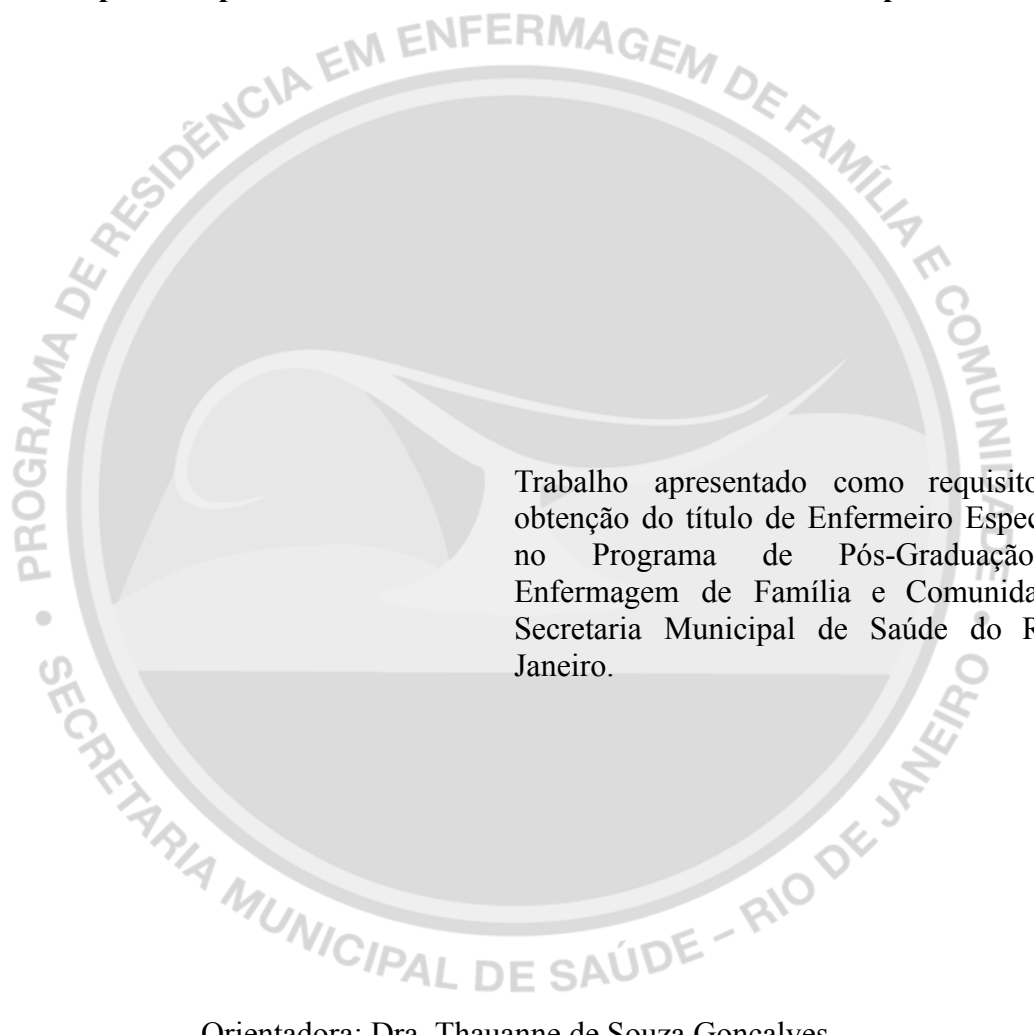
Carolina Ferraz Abreu

**Cuidado em saúde mental na atenção primária à saúde: a importância dos
grupos terapêuticos para usuários com transtornos de ansiedade e
depressão**

Rio de Janeiro

2026

**Cuidado em saúde mental na atenção primária à saúde: a importância dos grupos
terapêuticos para usuários com transtornos de ansiedade e depressão**



Trabalho apresentado como requisito para
obtenção do título de Enfermeiro Especialista
no Programa de Pós-Graduação em
Enfermagem de Família e Comunidade da
Secretaria Municipal de Saúde do Rio de
Janeiro.

Orientadora: Dra. Thauanne de Souza Gonçalves

Rio de Janeiro

2026

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, quero agradecer a Deus e à Espiritualidade por estarem comigo e terem me sustentado até aqui. À minha mãe Rosaura que não está mais nesse plano, mas continua nos meus pensamentos. Ao meu companheiro de vida, Júnior, que está comigo em todos os momentos, me apoiando e incentivando em busca dos meus ideais. Obrigada por todo amor e parceria. Ao meu irmão Vinicius, que mesmo longe fisicamente está presente no meu cotidiano. À Família Recanto do Trovador, em especial a minha equipe Noel Rosa, pelas trocas e ensinamentos. Às minhas preceptoras Mariana e Ana Elisa pelos ensinamentos que contribuíram com a minha formação, para que eu me tornasse uma Enfermeira de Família e Comunidade. À Daniella e Yasmin, mesmo não sendo minhas preceptoras diretas por toda ajuda e aprendizado. À minha R-igual Jamile por ser escuta e apoio nos momentos difíceis. Às minhas R1 Beatriz, Thainá, Julia e Juliana por trazerem renovação aos meus dias de trabalho. Aos meus queridos usuários do Grupo “Bem-Viver” por compartilharem suas histórias de vida e terem confiança no meu trabalho, vocês são a inspiração deste estudo. Um agradecimento especial à minha Orientadora Thauanne por toda tranquilidade e paciência, me acalmando nos meus desesperos, dizendo que tudo daria certo. Não poderia deixar de citar, minhas amigas “Xisregs” por todo apoio e ajuda desde a faculdade. Às minhas amigas de uma vida inteira Michele e Aline por cada incentivo e ombro amigo. Sou muito grata a todos vocês por fazerem parte da minha caminhada.

RESUMO

ABREU, Carolina Ferraz. **Cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde: a importância dos grupos terapêuticos para usuários com transtornos de ansiedade e depressão.** 2026. 43 f. Trabalho de Conclusão de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade – Programa de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade, Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

O presente estudo tem como objetivo analisar a partir da literatura científica, a contribuição dos grupos terapêuticos como estratégia de cuidado em saúde mental no manejo de usuários com transtornos de ansiedade e depressão na Atenção Primária à Saúde, com ênfase na atuação do enfermeiro de família e comunidade. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura nas bases de dados SciELO, PubMed/MEDLINE e Google Acadêmico, utilizando descritores relacionados à ansiedade, depressão, psicoterapia de grupo, Atenção Primária à Saúde e enfermagem, combinados por operadores booleanos. Foram incluídos artigos publicados entre 2001 e 2025, disponíveis na íntegra, em português ou inglês, que abordassem grupos terapêuticos em saúde mental no contexto da Atenção Primária à Saúde. A amostra final foi composta por seis estudos. Os resultados evidenciam que os grupos terapêuticos apresentam-se como dispositivos potentes de cuidado coletivo, favorecendo o acolhimento, a escuta qualificada, o fortalecimento de vínculos, a construção de redes de apoio e o desenvolvimento da autonomia dos usuários, além de contribuírem para a redução do estigma relacionado ao sofrimento psíquico. Observou-se, ainda, que essas práticas se alinham aos princípios da integralidade, da longitudinalidade e da humanização do cuidado, ampliando a resolutividade da Atenção Primária à Saúde. Entretanto, a análise mostrou uma lacuna significativa na produção científica quanto ao protagonismo do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos voltados especificamente para usuários com ansiedade e depressão na APS, indicando a necessidade de ampliação de pesquisas que fortaleçam a visibilidade dessas práticas. Conclui-se que os grupos terapêuticos representam como uma estratégia potente para o cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde, ao qualificarem as práticas assistenciais e favorecerem o rompimento de modelos de atenção centrados predominantemente na medicalização.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Transtornos de Ansiedade; Depressão; Psicoterapia de grupo; Saúde Mental

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Cruzamento dos cinco descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025...	21
Quadro 2 - Cruzamento dos quatro descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025..	21
Quadro 3 - Cruzamento dos três descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025.....	21
Quadro 4 - Cruzamento com dupla de descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025	22
Quadro 5 - Sistematização da seleção dos estudos que compuseram a amostra, Rio de Janeiro, 2025.....	22
Quadro 6 - Descritores utilizados na busca ampliada no Google Acadêmico e total de resultados encontrados, Rio de Janeiro, 2025.....	24
Quadro 7 - Seleção dos Estudos, Rio de Janeiro 2025.....	25
Quadro 8 - Descrição dos artigos incluídos na revisão integrativa, Rio de Janeiro, 2025.....	26

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ABNT	Associação Brasileira de Normas Técnicas
APS	Atenção Primária à Saúde
CAPS	Centros de Atenção Psicossocial
COVITEL	Inquérito Telefônico de Fatores de Risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis em Tempos de Pandemia
ESF	Estratégia Saúde da Família
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
INSS	Instituto Nacional do Seguro Social
MS	Ministério da Saúde
OMS	Organização Mundial da Saúde
PNAB	Política Nacional de Atenção Básica
PNS	Pesquisa Nacional de Saúde
RAPS	Rede de Atenção Psicossocial
RPB	Reforma Psiquiátrica Brasileira
SAE	Sistematização da Assistência de Enfermagem
SUS	Sistema Único de Saúde
TC	Terapia Comunitária
UBS	Unidade Básica de Saúde

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	8
2. OBJETIVOS.....	12
2.1 Objetivo geral.....	12
2.2 Objetivos específicos.....	12
3. JUSTIFICATIVA.....	12
4. REFERENCIAL TEÓRICO.....	14
4.1 Saúde Mental na Atenção Primária à Saúde.....	14
4.2 Grupos terapêuticos na Atenção Primária à Saúde.....	15
4.3 Transtornos de Ansiedade e Depressão como Problema de Saúde Pública.....	17
5. METODOLOGIA.....	19
6. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	26
6.1 Grupos terapêuticos como estratégia de cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde.....	28
6.2 Contribuições dos grupos terapêuticos no manejo da ansiedade e da depressão.....	31
6.3 Atuação do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos: limites, potencialidades e lacunas na APS.....	33
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	35
REFERÊNCIAS.....	38

1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como um estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece suas próprias habilidades, consegue lidar com os estresses normais da vida, trabalha de forma produtiva e contribui com a sua comunidade (WHO, 2022). A OMS também destaca que a saúde mental é determinada por múltiplos fatores, como os biológicos, sociais, econômicos e ambientais, o que demanda intervenções intersectoriais para sua promoção e cuidado (WHO, 2022). Além disso, reconhece-se que a saúde mental é um direito humano fundamental, sendo essencial que os sistemas de saúde promovam o acesso a serviços de qualidade, com base em evidências e no respeito à dignidade das pessoas (WHO, 2013).

Os transtornos mentais, em especial os transtornos de ansiedade e a depressão, representam um importante desafio para a saúde pública mundial, não apenas por sua elevada prevalência, mas também pelos impactos significativos que causam na funcionalidade e qualidade de vida dos indivíduos. De acordo com a OMS, mais de um bilhão de pessoas em todo o mundo convivem com transtornos mentais, destacando-se a ansiedade e a depressão como as condições mais prevalentes e incapacitantes em escala global (WHO, 2025a).

O transtorno de ansiedade caracteriza-se por uma intensificação patológica da ansiedade, que embora seja uma emoção natural presente e necessária na experiência humana, passa a ocorrer de maneira persistente, excessiva e desproporcional aos estímulos desencadeantes. Essa condição envolve manifestações psíquicas e somáticas, como medo, sofrimento e preocupação exacerbada, comprometendo significativamente a qualidade de vida e o desempenho social, ocupacional e psicológico do indivíduo (Castillo et al., 2000; Fernandes et al., 2017).

Por sua vez, a depressão é descrita na literatura como um transtorno de humor caracterizado por humor deprimido persistente, perda de interesse ou prazer nas atividades antes valorizadas, acompanhados de sintomas emocionais, cognitivos e físicos que causam prejuízo significativo na vida cotidiana (Porto, 1999). Envolve, com frequência, alterações de sono, apetite, energia, concentração, autoestima e pensamentos negativos recorrentes, interferindo de forma significativa na vida social, familiar e profissional do indivíduo, bem como em sua qualidade de vida global (Veçoso; Martinez, 2024).

Estimativas da OMS indicam que os transtornos de ansiedade são os distúrbios mentais mais comuns, com cerca de 359 milhões de pessoas afetadas em 2021, o que equivale aproximadamente a 4,4 % da população mundial (WHO, 2025a). Em paralelo, a depressão

também tem alta prevalência global: estima-se que 4% da população mundial sofram com a condição, o que corresponde a aproximadamente 332 milhões de pessoas no mundo (WHO, 2025b). Essa alta taxa epidemiológica contribui de forma significativa para a incapacidade e perda de qualidade de vida, consolidando esses transtornos como prioridades em políticas de saúde pública em nível internacional.

No Brasil, dados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em parceria com o Ministério da Saúde (MS), revelam que, em 2019, aproximadamente 10,2% da população com 18 anos ou mais havia recebido diagnóstico médico de depressão. O percentual é mais elevado entre as mulheres (14,7%) do que entre os homens (5,1%), e apresenta maior concentração nas regiões Sul e Sudeste do país (IBGE, 2020). Essa distribuição está associada ao maior acesso a serviços de saúde, diagnóstico e informação em saúde mental nessas regiões, o que aumenta a chance de receber e relatar um diagnóstico de depressão (Brito et al., 2022). A maior prevalência entre mulheres envolve um conjunto de fatores biopsicossociais: flutuações hormonais ligadas à menarca, ciclo menstrual, gestação, puerpério e menopausa; maior exposição a violência, sobrecarga de papéis (trabalho remunerado, cuidado da casa e da família) e condições de desvantagem socioeconômica (Albert, 2015; Carpena et al., 2019).

Nas últimas décadas, a saúde mental tem ganhado crescente visibilidade no âmbito da saúde pública, sendo reconhecida como dimensão essencial para a qualidade de vida e o bem-estar das populações. A Atenção Primária à Saúde (APS) é reconhecida como porta de entrada preferencial do Sistema Único de Saúde (SUS), assumindo papel estratégico no cuidado integral, contínuo e resolutivo dos usuários, inclusive no acompanhamento das demandas relacionadas ao sofrimento psíquico. Em razão de sua inserção territorial e da proximidade com a realidade dos usuários, a APS constitui um espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações em saúde mental baseadas na escuta qualificada, no estabelecimento de vínculos, na corresponsabilização do cuidado e na articulação intersetorial (Brasil, 2017; Brasil, 2022). Diante desse papel estratégico da APS, torna-se fundamental o desenvolvimento de estratégias e dispositivos assistenciais que materializem esses princípios no cotidiano dos serviços.

Como uma das estratégias possíveis, os grupos terapêuticos podem ser definidos como dispositivos coletivos de cuidado em saúde mental nos quais sujeitos que compartilham demandas semelhantes se reúnem com acompanhamento profissional, visando apoio, escuta e produção de novos sentidos sobre suas experiências. Assim, o grupo é valorizado como tecnologia de cuidado capaz de ampliar a capacidade terapêutica dos serviços, fortalecendo o

protagonismo dos usuários e favorecendo processos de acolhimento, pertencimento e reconstrução de laços sociais (Nunes et al., 2022).

Em intervenções de terapia comunitária integrativa, por exemplo, os encontros em grupo configuram um cenário protegido para compartilhamento de histórias de vida, reconhecimento mútuo e mobilização de recursos pessoais e coletivos, atuando na promoção de saúde e enfrentamento de crises. Por isso, os grupos terapêuticos constituem um dispositivo intencionalmente organizado que, por meio da interação entre participantes e da mediação profissional, busca favorecer mudanças subjetivas, fortalecimento de estratégias de enfrentamento e melhoria da qualidade de vida (Jean et al., 2020).

Dessa forma, os grupos terapêuticos configuram-se como estratégia potente no cuidado em saúde mental na APS por articularem acolhimento, escuta qualificada e produção de vínculos em um dispositivo coletivo de baixo custo e alta capilaridade territorial. Estudos em Unidades Básicas de Saúde mostram que grupos de saúde mental funcionam como dispositivos desinstitucionalizantes quando promovem cuidado psicossocial, ampliam laços sociais e favorecem o protagonismo dos usuários em relação ao próprio tratamento, deslocando o foco do modelo biomédico centrado na medicação para práticas de corresponsabilização e construção de projetos de vida no território (Minozzo et al., 2012).

Para os profissionais de enfermagem, a participação ativa na organização e condução desses grupos representa uma prática ampliada e ética, com foco na escuta sensível, no vínculo terapêutico e na responsabilização compartilhada pelo cuidado. O Enfermeiro de Família e Comunidade é um profissional estratégico na APS, responsável pelo cuidado integral, contínuo e longitudinal de indivíduos, famílias e comunidades. Sua atuação envolve planejamento, execução e avaliação de ações de promoção da saúde, prevenção de agravos, acompanhamento de condições crônicas, educação em saúde e fortalecimento do vínculo com os usuários (Lopes et al., 2020). Inserido nas equipes da APS, esse profissional desempenha papel central na operacionalização das ações em saúde mental, contribuindo para a efetivação de um cuidado integrado e territorializado.

Diante do exposto, este trabalho tem como temática a observação da prática dos grupos terapêuticos como estratégia de cuidado em saúde mental no contexto da APS com foco na atenção a pessoas com transtornos de ansiedade e depressão e com destaque para as possibilidades de atuação do Enfermeiro de Família e Comunidade.

A motivação para esse estudo surgiu por meio de experiências vividas durante o 1º e 2º ano da Residência em Enfermagem de Família e Comunidade em uma Clínica da Família situada na Zona Norte do Rio de Janeiro. A pesquisa é motivada pela observação de um

aumento das demandas de cuidado em saúde mental, com crescente prevalência de transtornos de ansiedade e depressão. Muitos usuários chegam de forma recorrente, com queixas de insônia, irritabilidade, dores somáticas, angústia, crises de choro e isolamento, frequentemente relacionados a contextos de vulnerabilidade social, desemprego, violência, luto e sobrecarga de trabalho. Além disso, no território em que a Clínica está inserida há grandes conflitos de violência armada entre facções que disputam o território, acentuando assim as demandas de saúde mental.

Diante dessa realidade, houve a necessidade de dar continuidade ao grupo terapêutico “Bem-Viver”, que foi criado em 2023 e era conduzido por uma residente a cada 15 dias. Ao ingressar na Clínica passei a conduzir o grupo junto a outra residente, com a frequência semanal, contando com a presença de em torno de 15 usuários. O grupo se mostrou como uma estratégia potente e viável, capaz de ampliar o acesso ao cuidado em saúde mental, fortalecendo vínculos, promovendo escuta qualificada e estimulando a construção coletiva de estratégias de enfrentamento aos transtornos. Essa experiência permitiu observar os efeitos positivos desse espaço sobre os usuários, além de revelar a potência do trabalho do enfermeiro de família e comunidade como facilitador e cuidador nesse processo.

Nesse sentido, o presente estudo teve a intenção de buscar na literatura experiências similares e assim pretendeu responder às seguintes questões: Como o grupo terapêutico pode apoiar no manejo clínico de usuários com crises de ansiedade e quadros de depressão na APS? E qual o papel do enfermeiro de família e comunidade na condução e efetividade dessas práticas?

Desse modo, esta pesquisa busca refletir sobre os desafios e possibilidades dos grupos terapêuticos enquanto prática de cuidado em saúde mental na APS, com ênfase na atuação do enfermeiro de família e comunidade. Através da análise da literatura científica, pretende-se contribuir para o fortalecimento de estratégias coletivas que humanizem e qualifiquem a atenção à saúde mental de usuários com transtornos de ansiedade e depressão.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

- Analisar, a partir da literatura científica, a contribuição dos grupos terapêuticos como estratégia de cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde.

2.2 Objetivos específicos

- Identificar os principais benefícios dos grupos terapêuticos para usuários com transtornos de ansiedade e depressão na literatura científica.
- Identificar os principais desafios e potencialidades enfrentados pelo enfermeiro de família e comunidade na implementação e manutenção de grupos terapêuticos voltados à saúde mental na APS.
- Apontar desafios e potencialidades para a ampliação e fortalecimento dos grupos terapêuticos como dispositivo de cuidado em saúde mental na APS.

3. JUSTIFICATIVA

O cuidado em saúde mental na APS tem se configurado como um dos grandes desafios do SUS, especialmente diante do aumento expressivo dos transtornos de ansiedade e depressão entre a população brasileira. Segundo levantamento em 2023 do Covitel (Inquérito Telefônico de Fatores de Risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis em Tempos de Pandemia) realizado pela Universidade Federal de Pelotas, a prevalência de diagnóstico médico de ansiedade autorreferido atingia 26,8% da população, com maior proporção observada entre jovens de 18 a 24 anos, enquanto 12,7% relataram depressão, com maior prevalência entre mulheres e pessoas entre 55 a 64 anos (Observatório da Saúde Pública - UMANE, 2023). Esse cenário reforça a relevância da temática não apenas sob o ponto de vista epidemiológico, mas também ético, clínico e social, exigindo novas abordagens que superem a lógica hegemônica centrada na medicalização e no encaminhamento para serviços especializados.

A ampliação da prevalência dos transtornos de ansiedade e depressão no Brasil tem ocorrido paralelamente ao crescimento expressivo da medicalização desses quadros, sobretudo por meio do uso de antidepressivos e ansiolíticos. Dados nacionais recentes indicam que o uso de antidepressivos entre adultos brasileiros apresentou aumento de 12,4%, especialmente na faixa etária de 29 a 58 anos, passando a ocupar a segunda posição entre os

medicamentos mais utilizados nesse grupo populacional. O levantamento realizado pela empresa “*Funcional Health Tech*” evidencia ainda que os antidepressivos representam a maior parcela dos fármacos empregados no tratamento dos transtornos mentais, refletindo a centralidade da abordagem medicamentosa frente ao sofrimento psíquico contemporâneo (CFF, 2025). Esse cenário reforça o debate sobre a predominância de respostas farmacológicas na condução da ansiedade e da depressão, evidenciando a medicalização das experiências emocionais e a necessidade de ampliar estratégias de cuidado integral no âmbito da APS.

O aumento da prevalência dos transtornos de ansiedade e depressão tem impactado de forma direta o funcionamento dos serviços da APS, refletindo-se no crescimento da demanda por atendimentos, no número de consultas e na complexidade dos casos acompanhados pelas equipes. No cotidiano das equipes, é frequente o acolhimento de usuários que apresentam sofrimento emocional intenso, ainda que esse sofrimento nem sempre seja nomeado como transtorno mental. Muitas vezes, ele aparece sob a forma de queixas inespecíficas, como insônia, dores físicas, irritabilidade ou fadiga constante. Esses sinais, quando não identificados e acompanhados de forma adequada, podem evoluir para quadros de sofrimento crônico e por uma relação fragilizada com o serviço de saúde. Esse cenário contribui para a sobrecarga dos serviços, amplia a prescrição de psicofármacos e evidencia os limites de respostas centradas exclusivamente no modelo biomédico, reforçando a necessidade de estratégias de cuidado em saúde mental integradas, contínuas e desenvolvidas no próprio território.

Tal cenário reforça a relevância de estratégias que ampliem o escopo do cuidado em saúde mental na APS, valorizando práticas coletivas, educativas e terapêuticas que promovam autonomia, vínculo e corresponsabilização dos usuários. Diante dessa realidade, os grupos terapêuticos surgem como uma estratégia potente e viável dentro do contexto da APS.

A atuação do enfermeiro de família e comunidade nesse contexto é de fundamental importância. Inserido de forma contínua no território, esse profissional tem papel estratégico na identificação precoce de demandas em saúde mental, na criação de espaços terapêuticos e na condução de práticas grupais baseadas na escuta qualificada, no vínculo e na responsabilização compartilhada. Sua formação especialista e sua articulação com a clínica, a educação em saúde e o cuidado relacional permitem uma abordagem integradora e humanizada, essencial para o enfrentamento das complexidades que envolvem os transtornos mentais na APS.

Considerando esse panorama, o presente estudo está apoiado na seguinte hipótese: .

Assim, esta pesquisa se justifica pela urgência em qualificar o cuidado em saúde mental no âmbito da APS, valorizando estratégias clínicas e comunitárias que sejam a utilização de grupos terapêuticos conduzidos por enfermeiros na APS pode contribuir para o cuidado oferecido a usuários com transtornos de ansiedade e depressão, promovendo escuta, vínculo, acolhimento e redução da medicalização do sofrimento psíquico acessíveis, resolutivas e humanizadas. Ao abordar a importância dos grupos terapêuticos como ferramenta de cuidado e o papel do enfermeiro de família e comunidade na condução desses espaços, o estudo pretende contribuir com subsídios para estimular práticas que ampliem o olhar sobre o sofrimento humano e fortaleçam a rede de atenção psicossocial no território.

4. REFERENCIAL TEÓRICO

4.1 Saúde Mental na Atenção Primária à Saúde

No Brasil, por muito tempo, a assistência em saúde mental manteve um perfil hospitalocêntrico e asilar, com o isolamento de pessoas em sofrimento psíquico e ênfase no tratamento medicamentoso. Esse modelo começou a ser questionado na década de 1980 por movimentos sociais, trabalhadores da saúde e usuários, culminando na Reforma Psiquiátrica Brasileira (RPB) e foi fortalecido pela criação do SUS, instituído pela Lei nº 8.080/1990, que assegura a universalidade e integralidade do atendimento (Brasil, 1990). A RPB tem como principal marco a promulgação da Lei nº 10.216/2001, que estabeleceu a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais e redirecionou o modelo assistencial em saúde mental (Brasil, 2001). Esse processo também foi catalisado pela implantação de serviços substitutivos, como os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), que consolidaram uma rede de cuidado territorializada e multiprofissional para saúde mental para além da rede hospitalar (Brasil, 2004).

A instituição da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), por meio da Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011, representou um avanço estruturante nessa reorganização do cuidado em saúde mental no SUS. A normativa reconhece a APS como entrada preferencial dos usuários no sistema, sendo responsável pela identificação precoce das demandas em saúde mental, pelo acolhimento qualificado e pelo seguimento longitudinal das pessoas em sofrimento psíquico (Brasil, 2011). Em razão de sua capilaridade e de sua inserção direta nos territórios, a APS apresenta condições privilegiadas para o desenvolvimento de ações que abrangem a promoção da saúde, a prevenção de agravos, o cuidado terapêutico e a reabilitação psicossocial, consolidando-se como um espaço estratégico para a atuação

interdisciplinar e para a implementação de práticas inovadoras e integradas no campo da saúde mental.

Também importante na trajetória de fortalecimento da atenção psicossocial no Brasil foi o estabelecimento das equipes eMulti. De acordo com a Portaria GM/MS nº 635 de 22 de maio de 2023, as equipes eMulti são compostas por profissionais de saúde de diferentes áreas de conhecimento que atuam de maneira complementar e integrada às demais equipes da APS. Essa forma de organização do cuidado possibilita a condução e o acompanhamento de situações classificadas como leves e moderadas de transtornos mentais e a articulação com os CAPS para casos mais complexos (Brasil, 2023). Ademais, esse arranjo favorece a implementação de estratégias coletivas de cuidado, como a realização de grupos terapêuticos e de atividades comunitárias, ampliando as possibilidades de intervenção no território e fortalecendo o cuidado em saúde mental na APS.

Assim, considerando a alta demanda por cuidados em saúde mental na população brasileira, especialmente relacionada aos transtornos de ansiedade e depressão, torna-se essencial compreender e fortalecer a organização da atenção à saúde mental no âmbito da APS. De acordo com a Política Nacional de Atenção Básica (PNAB), a APS ocupa uma posição central na organização do cuidado para o desenvolvimento de ações de cuidado integral, contínuo e territorializado, incluindo intervenções coletivas que contribuam no fortalecimento de vínculos, na ampliação da participação dos usuários e no estímulo à autonomia no processo do cuidado (Brasil, 2017). Logo, o espaço da APS é fundamental para o fortalecimento da RAPS.

4.2 Grupos terapêuticos na Atenção Primária à Saúde

A APS representa o eixo estruturante e a principal porta de entrada do SUS, organizada com base nos princípios da universalidade, integralidade, equidade e territorialização. Por sua posição estratégica, a APS é responsável por acolher as demandas da população, identificar precocemente agravos e coordenar o cuidado em rede, inclusive no campo da saúde mental. Contudo, as estratégias tradicionais de cuidado em saúde mental, como as farmacológicas, não são sempre suficientes para garantir o cuidado necessário aos usuários com essas demandas. Por isso, no espaço da APS é preciso pensar em dispositivos e estratégias que possibilitem o cuidado psicossocial para além do modelo biomédico tradicional, utilizando estratégias coletivas voltadas à promoção da saúde mental e à redução do sofrimento psíquico.

Dessa maneira, os grupos terapêuticos na APS podem ser uma importante estratégia de cuidado coletivo, pois favorecem a promoção e prevenção em saúde mental, ampliando o acesso a intervenções psicossociais de baixo custo e de fácil implementação pelos profissionais da Estratégia Saúde da Família (ESF) (Brunozi et al., 2019). Os grupos inseridos nesse contexto destacam-se como dispositivos capazes de fortalecer vínculos, ampliar redes de apoio, promover educação em saúde e corresponsabilizar os usuários pelo seu processo de cuidado, alinhando-se às diretrizes da PNAB (Brasil, 2017). Eles favorecem o engajamento no autocuidado, a revisão de atitudes e comportamentos, o fortalecimento das relações interpessoais e a ampliação de recursos para lidar com as próprias dificuldades, contribuindo também para uma maior adesão ao tratamento em saúde (Cardoso, 2009).

A participação de usuários em grupos terapêuticos então, pode ser compreendida como um importante dispositivo de fortalecimento das redes de apoio social, tanto no interior do próprio grupo quanto em outros espaços de convivência. Uma pesquisa realizada por Caetano e Santeiro (2022) indicou que o ambiente grupal favorece a construção de vínculos, o sentimento de pertencimento, a troca de experiências e o suporte emocional entre pares, elementos centrais para a ampliação e qualificação das redes de apoio informais e formais. No interior dos grupos, os usuários tendem a desenvolver novas amizades, experimentar maior confiança para compartilhar vivências e reconhecer-se como capazes de oferecer e receber ajuda, o que favorece a transformação de vivências pessoais e relações sociais antes marcadas pelo isolamento e pelo estigma.

O vínculo entre usuários e profissionais de saúde na APS é um elemento central para a efetividade das práticas terapêuticas e coletivas. Esse vínculo é construído a partir do acolhimento, da empatia e da confiança, permitindo que os usuários se sintam reconhecidos e pertencentes ao espaço de cuidado. Na perspectiva dos grupos terapêuticos, a consolidação dessa relação facilita a adesão às estratégias de manejo de transtornos de ansiedade e depressão, cria um ambiente seguro para a expressão de sentimentos e fortalece as redes de suporte social, elementos fundamentais para a promoção de saúde mental na APS (Barbosa; Bosi, 2017).

Os grupos terapêuticos na APS, assim, têm se mostrado eficazes no manejo de transtornos de ansiedade e depressão, conforme evidências científicas recentes. Estudos apontam que esses grupos promovem a redução de sintomas, melhoram a qualidade de vida e favorecem a adesão ao tratamento. Uma pesquisa qualitativa realizada por Rós (2020) avaliou a psicoterapia de grupo no tratamento de pacientes com ansiedade e depressão, destacando benefícios como maior verbalização dos pacientes, melhor identificação dos sintomas e maior

conscientização sobre tratamentos e consumo de medicamentos. A autora conclui que a psicoterapia de grupo é uma técnica facilitadora no tratamento desses transtornos e considerada de melhor custo-benefício para a saúde pública.

4.3 Transtornos de Ansiedade e Depressão como Problema de Saúde Pública

A ansiedade é entendida como uma resposta emocional normal frente a situações percebidas como ameaçadoras, envolvendo sentimentos de medo, apreensão, inquietação e sintomas físicos como taquicardia, sudorese e tensão muscular, que cumprem função adaptativa ao preparar o indivíduo para enfrentar desafios ou perigos. Quando essa resposta torna-se excessiva, persistente, desproporcional ao contexto e difícil de controlar, passando a interferir no desempenho acadêmico, profissional, nas relações sociais e na qualidade de vida, configura-se um transtorno de ansiedade, exigindo avaliação e intervenção em saúde (Saldanha et al., 2019).

Segundo a OMS, os transtornos de ansiedade constituem um dos distúrbios mentais mais prevalentes no mundo, incluindo condições como transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de pânico, fobias e transtorno obsessivo-compulsivo (WHO, 2025a).

A depressão, por sua vez, é um transtorno mental também frequente caracterizado por humor persistentemente deprimido, perda de interesse ou prazer, alterações no apetite, sono e energia, além de sentimentos de culpa ou inutilidade e, em casos graves, ideação suicida. Essa condição apresenta etiologia multifatorial, envolvendo fatores biológicos, psicológicos e sociais. O Brasil é apontado como o país com maior prevalência de depressão na América Latina e o segundo nas Américas, evidenciando o caráter endêmico dessa condição no contexto nacional (Brasil, 2022).

Os fatores causais da depressão incluem causas genéticas, ambientais e psicológicas, porém o risco de tornar-se deprimido é aumentado pela pobreza, desemprego, eventos de vida, como morte de alguém querido, rompimento de relacionamentos, doença física e uso de álcool e drogas. Assim, os determinantes sociais da saúde, como renda, escolaridade, condições de moradia, acesso a serviços de saúde e ambiente de trabalho, influenciam diretamente a saúde mental ao longo da vida. Situações de vulnerabilidade social marcadas por pobreza, desigualdade e exclusão aumentam a exposição a múltiplos fatores estressores, elevando o risco de desenvolvimento de transtornos de ansiedade, depressão e outros quadros de sofrimento psíquico, especialmente entre grupos socialmente marginalizados (Kirkbride et al., 2024).

Os transtornos de ansiedade e depressão são hoje os transtornos psiquiátricos mais prevalentes no Brasil e figuram entre as principais causas de incapacitação e perda de qualidade de vida, configurando um importante desafio para o SUS. Além do sofrimento psíquico e do impacto direto sobre o bem-estar do indivíduo, esses transtornos se associam a elevada morbidade, perda de dias de trabalho e comprometimento do desempenho funcional, o que resulta em custos significativos. Esses custos incluem os diretos, como gastos com consultas médicas, uso de medicamentos, internações e acompanhamento especializado em saúde mental e os indiretos, relacionados à redução da produtividade, absenteísmo, presenteísmo e maior probabilidade de afastamentos laborais e incapacitação (Mangolini et al., 2019).

No contexto da saúde pública, os transtornos mentais representam expressiva sobrecarga financeira para os sistemas de saúde. Mercedes et al. (2022) estimaram que os custos totais da depressão no Brasil, entre 2010 e 2018, alcançaram aproximadamente US\$ 2,3 bilhões, sendo que os custos indiretos corresponderam a cerca de 75% desse montante. Além disso, os autores destacaram que a capacitação de profissionais de saúde e a implementação de equipes multidisciplinares são investimentos essenciais para responder adequadamente à carga crescente desses transtornos (Razzouk, 2016). Adicionalmente, Nogueira et al. (2023) documentaram que, entre março de 2011 e março de 2021, o SUS registrou mais de 2,2 milhões de internações por transtornos mentais, totalizando gastos hospitalares superiores a R\$ 3,6 bilhões.

Nos últimos anos, observa-se no Brasil um crescimento expressivo dos afastamentos laborais relacionados a transtornos mentais, especialmente ansiedade e depressão. Entre 2020 e 2024, o número de licenças concedidas pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) saltou de aproximadamente 91 mil para mais de 472 mil, representando aumento superior a 400%. O volume de afastamentos de 2024 representa o maior da série histórica iniciada em 2014. O avanço acelerado reflete o impacto da pandemia na saúde mental dos trabalhadores, o crescimento dos diagnósticos de ansiedade e depressão e desafios do mercado de trabalho, o que levou o Ministério da Saúde a ampliar em R\$ 414 milhões anuais os investimentos destinados à Rede de Atenção Psicossocial para fortalecer o cuidado em saúde mental no SUS (Barros, 2025; Brasil, 2023).

A pandemia de COVID-19 provocou um aumento significativo na prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em escala global, com repercussões particularmente acentuadas na América Latina. Estudos longitudinais conduzidos no Brasil documentaram elevações expressivas desses transtornos ao comparar períodos pré-pandêmicos com as fases

iniciais da crise sanitária: a depressão aumentou de 4,5% para 7,6%, enquanto a ansiedade elevou-se de 5,8% para 9,1% durante o ano de 2020 (Feter et al., 2022). Fatores como isolamento, perdas familiares, insegurança econômica e interrupção de serviços de saúde mental contribuíram para esse impacto, reforçando a necessidade de estratégias de cuidado, especialmente na APS e em grupos terapêuticos.

Além disso, no contexto local, a violência urbana no Rio de Janeiro exerce um impacto significativo sobre a saúde mental da população, especialmente em áreas periféricas. A exposição constante a crimes, confrontos armados e violência policial está associada ao aumento de transtornos como ansiedade, depressão e estresse pós-traumático. Pesquisas indicam que moradores de favelas mais expostas a tiroteios apresentam riscos elevados de desenvolver esses transtornos, com prevalência significativamente maior em comparação a áreas menos afetadas (Abdala, 2023). A violência contribui para o isolamento social e a sensação de insegurança, fatores que agravam o quadro de sofrimento psicológico. Esses dados evidenciam a necessidade urgente de políticas públicas eficazes para mitigar os efeitos da violência na saúde mental da população carioca.

Diante do exposto, observa-se que a ansiedade e a depressão configuram-se como problemas de saúde pública de alta relevância, influenciados por fatores biológicos, sociais e ambientais. A vulnerabilidade social, a violência urbana, os determinantes sociais desfavoráveis e eventos recentes, como a pandemia de COVID-19, agravam a prevalência desses transtornos e seus impactos sobre a vida pessoal, social e laboral da população. Além dos prejuízos individuais, esses transtornos geram sobrecarga para o sistema de saúde, elevam os custos econômicos e aumentam os afastamentos do trabalho, evidenciando a necessidade de políticas públicas integradas, prevenção efetiva e estratégias de cuidado acessíveis, especialmente na APS e em ambientes comunitários.

5. METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, considerada como uma metodologia abrangente, capaz de sintetizar o conhecimento produzido sobre um determinado fenômeno, possibilitando a incorporação de evidências científicas na prática assistencial e no processo de tomada de decisão em saúde (Mendes et al., 2008). Essa abordagem é indicada quando se deseja mapear e analisar criticamente intervenções, estratégias ou práticas de cuidado, reunindo estudos com metodologias diversas e permitindo o desenvolvimento de um panorama amplo sobre o tema investigado.

A elaboração da revisão integrativa seguiu as seis etapas recomendadas por Mendes et al. (2008): **(1)** identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa, **(2)** estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou busca na literatura, **(3)** definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos, **(4)** avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa, **(5)** interpretação dos resultados e **(6)** apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

No que se refere aos aspectos éticos, este estudo não requer submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, uma vez que não haverá coleta direta de dados com seres humanos. Contudo, serão observados os princípios éticos da pesquisa científica, garantindo-se a fidedignidade das informações e o devido reconhecimento da autoria dos estudos utilizados, conforme as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT, 2023).

Como primeira etapa, a elaboração da questão norteadora “Como a participação em grupo terapêutico pode apoiar no manejo de usuários com crises de ansiedade e/ou quadros de depressão no âmbito da APS?” foi definida através da estratégia PICO (P – população, I – Fenômeno de Interesse, Co – Contexto). Neste estudo: P (População) são usuários com crises de ansiedade e/ou quadros de depressão; I (Fenômeno de Interesse) a participação no grupo terapêutico para saúde mental; C (Contexto) APS.

Para assegurar o rigor metodológico, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Foram incluídos artigos publicados em português ou inglês, entre 2001 e 2025, disponíveis na íntegra, que abordassem grupos terapêuticos em saúde mental no contexto da APS, que tivessem ênfase em transtornos de ansiedade e/ou depressão na APS, ou que tratassem sobre a atuação do enfermeiro no desenvolvimento e efetividade dessas práticas. Este recorte temporal foi escolhido pois a política pública de saúde mental no Brasil foi reformulada em 2001 com a Lei 10.216, também conhecida como Lei da Reforma Psiquiátrica. Foram excluídos estudos duplicados e artigos que não apresentassem relação direta com os objetivos desta revisão e que não respondessem às questões norteadoras.

A busca bibliográfica foi realizada entre outubro e novembro de 2025 nas bases de dados de relevância nacional e internacional: SciELO (Scientific Electronic Library Online), PubMed/MEDLINE e Google Acadêmico. As duas primeiras bases foram selecionadas por serem fontes consolidadas e amplamente reconhecidas para pesquisas em saúde pública e enfermagem, enquanto o Google Acadêmico foi incluído com o objetivo de ampliar o alcance da busca, considerando a especificidade do tema e a reconhecida lacuna existente na literatura. A estratégia de busca foi elaborada com base em descritores identificados no DeCS

(Descritores em Ciências da Saúde) e no MeSH (Medical Subject Headings), os quais foram combinados por operadores booleanos AND e OR, visando ampliar a sensibilidade e a especificidade dos resultados.

Durante o levantamento dos estudos para compor a presente pesquisa, foram utilizados os seguintes descritores: “Transtornos de Ansiedade” OR “Anxiety Disorders”; “Depressão” OR “Depression”; “Psicoterapia de grupo” OR “Psychotherapy, Group”; “Atenção Primária à Saúde” OR “Primary Health Care” e “Enferm*” OR “Nurses”.

A seguir são apresentados quadros com todas as combinações entre os descritores realizadas. O Quadro 1 apresenta a combinação entre os 5 descritores e suas variações, que juntos são capazes de congregam todos os temas abordados neste estudo.

Quadro 1 - Cruzamento dos cinco descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025

Descritores	SciELO	PubMed
transtornos de ansiedade OR depressão AND psicoterapia de grupo AND Atenção Primária à Saúde AND Enferm*	0	0

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Observa-se que a combinação de todos os descritores não resultou em nenhum artigo nas bases bibliográficas. Então, passamos à pesquisa com combinações de 4 descritores, conforme descrito no Quadro 2.

Quadro 2 - Cruzamento dos quatro descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025

Descritores	SciELO	PubMed
Transtornos de ansiedade OR depressão AND psicoterapia de grupo AND Atenção Primária à Saúde	0	0
Transtornos de ansiedade OR depressão AND psicoterapia de grupo AND Enferm*	3	0
Transtornos de ansiedade OR depressão AND Atenção Primária à Saúde AND Enferm*	6	1

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Desta vez foram encontrados 10 artigos. No Quadro 3 são apresentadas as combinações realizadas com 3 descritores. O objetivo dessa etapa foi ampliar ainda mais a

abrangência da busca, buscando identificar estudos relevantes sobre a temática, considerando que a combinação com 4 termos permitiu identificar apenas 10 artigos.

Quadro 3 - Cruzamento dos três descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025

Descritores	SciELO	PubMed
Transtornos de ansiedade OR depressão AND psicoterapia de grupo	3	0
Transtornos de ansiedade OR depressão AND Atenção Primária à Saúde	26	1
Transtornos de ansiedade OR depressão AND Enferm*	56	42
Transtornos de ansiedade AND psicoterapia de grupo AND Atenção Primária à Saúde	0	0
Depressão AND psicoterapia de grupo AND Enferm*	8	0
Depressão AND Enferm* AND Atenção Primária à Saúde	59	1

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Podemos perceber que no Quadro 3 a amostragem de artigos na literatura científica foi maior, porém por ser um tema relevante e específico com 5 descritores, as buscas foram ampliadas com dupla de descritores. A seguir, no Quadro 4 estão apresentadas combinações usando 2 descritores DeCS/ MeSH:

Quadro 4 - Cruzamento com dupla de descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025

Descritores	SciELO	PubMed
Transtornos de ansiedade AND psicoterapia de grupo	9	0
Transtornos de ansiedade AND Atenção Primária à Saúde	20	0
Depressão AND psicoterapia de grupo	21	1
Depressão AND Atenção Primária à Saúde	75	1
Psicoterapia de grupo AND Enferm*	22	1

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A partir de todas essas buscas somadas, por fim foram identificados 356 artigos conforme evidenciado no Quadro 5:

Quadro 5 - Sistematização da seleção dos estudos que compuseram a amostra, Rio de Janeiro, 2025

Etapa	Quantidade de artigos
Publicações encontradas na SciELO	308
Publicações encontradas na PubMed	48
Total identificado	356
Duplicados	32
Excluídos pelo critério de inclusão/exclusão	317
Artigos completos analisados	7
Artigos que não atendiam aos critérios de elegibilidade	6
Artigos incluídos na revisão	1

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A busca inicial nas bases SciELO e PubMed identificou 356 publicações, sendo 308 registros provenientes da SciELO e 48 da PubMed. Após a eliminação de 32 artigos duplicados, restaram 324 publicações para a fase de triagem.

Durante a triagem por título e resumo, conduzida conforme os critérios de inclusão previamente estabelecidos, foram excluídos 317 estudos por não apresentarem relação suficiente com o tema central da revisão.

Assim, 7 artigos avançaram para a etapa de avaliação de elegibilidade, na qual foi realizada leitura integral de cada estudo. Após análise detalhada, verificou-se que 6 artigos não atendiam aos critérios metodológicos e temáticos necessários, seja por não apresentarem intervenções em formato de grupo terapêutico, não incluírem usuários com transtornos de ansiedade e depressão ou por não envolverem a condução do grupo por enfermeiros.

Dessa forma, apenas 1 estudo foi incluído na revisão integrativa. Diante dessa insuficiência de publicações, procedeu-se à ampliação estratégica da busca, incluindo não apenas bases indexadas tradicionais, mas também uma fonte mais abrangente e com maior alcance de literatura cinzenta: o Google Acadêmico. Essa ampliação foi considerada necessária porque tanto a SciELO quanto a PubMed, apesar de serem bases consolidadas para revisões sistemáticas, apresentaram limitações na recuperação de estudos específicos sobre a temática investigada.

Portanto, realizou-se uma estratégia de busca suplementar no Google Acadêmico. A pesquisa foi estruturada pelos seguintes descritores combinados por operadores booleanos: ("ansiedade" OR "depressão") AND ("terapia de grupo" OR "psicoterapia de grupo") AND ("Atenção Primária à Saúde" OR "Estratégia de Saúde da Família" OR "Unidade Básica de Saúde") AND ("Enfermagem" OR "Enfermeiro"), com resultados descritos no quadro abaixo:

Quadro 6 - Descritores utilizados na busca ampliada no Google Acadêmico e total de resultados encontrados, Rio de Janeiro, 2025

Descritores	Google Acadêmico
("ansiedade" OR "depressão") E ("terapia de grupo" OR "psicoterapia de grupo") E ("Atenção primária à saúde" OR "Estratégia de saúde da família" OR "Unidade básica de saúde") E ("Enfermagem" OR "Enfermeiro")	514

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

A busca retornou 514 resultados. A triagem inicial ocorreu por meio da leitura dos títulos e, posteriormente, dos resumos disponíveis até a saturação temática dos resultados apresentados, o que se deu na página 10, totalizando 93 resumos analisados. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos, cinco estudos foram considerados potencialmente relevantes para compor a análise.

Dessa forma, o processo de integração dos resultados reuniu **um** artigo proveniente das bases indexadas (SciELO/PubMed) e **cinco** artigos provenientes do Google Acadêmico, totalizando **seis** estudos incluídos na etapa de síntese qualitativa. O quadro 7 apresenta o processo integrado de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos provenientes das bases SciELO, PubMed e Google Acadêmico.

Quadro 7 - Seleção dos Estudos, Rio de Janeiro 2025.

Etapa	Quantidade de artigos
Identificação	
SciELO	308
PubMed	48
Google Acadêmico	514
Total identificado	870
Triagem	
Duplicados (SciELO + PubMed)	32
Excluídos após leitura de títulos e resumos (SciELO + PubMed)	317
Resumos analisados no Google Acadêmico	93
Elegibilidade	
Artigos completos analisados (SciELO + PubMed)	7
Não elegíveis (SciELO + PubMed)	6
Estudos potencialmente relevantes (Google Acadêmico)	5
Incluídos na revisão	
SciELO/PubMed	1
Google Acadêmico	5
Total de estudos incluído na revisão	6

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Contudo, cabe destacar que mesmo com a ampliação da estratégia de busca para uma base mais abrangente, observou-se que a literatura permanece limitada quanto à produção científica que investigue, de forma direta, grupos terapêuticos voltados especificamente para transtornos de ansiedade e depressão conduzidos por enfermeiros na Atenção Primária à Saúde, reforçando a lacuna existente no campo e a relevância da presente investigação.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a composição desta revisão integrativa, foram identificados 6 artigos que atenderam aos critérios previamente estabelecidos. A seguir, no Quadro 8, apresenta-se a síntese dos achados provenientes dessas publicações.

Quadro 8 - Descrição dos artigos incluídos na revisão integrativa, Rio de Janeiro, 2025

Autor, Ano e Periódico	Título	Método	Objetivos	Conclusão
Abrahamian R. 2012. Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (RBMFC), v. 6, n. 21, p. 271–274, out./dez. 2011	Uma experiência de psicoterapia de grupo dentro da Estratégia Saúde da Família	Estudo descritivo	Descrever o impacto de um grupo de saúde mental desenvolvido em uma Unidade Básica de Saúde, baseado na Análise Transacional associada à Terapia Cognitivo-Comportamental na melhoria da qualidade de vida dos pacientes participantes.	Concluiu-se que a Psicoterapia de grupo, baseada na análise transacional, associada a técnicas cognitivo-comportamentais pode ser eficaz no manejo dos principais transtornos mentais, particularmente a ansiedade e a depressão, constituindo-se em um instrumento útil no tratamento de tais distúrbios dentro da ESF
Brunozi NA <i>et al.</i> 2019. Revista Gaúcha de Enfermagem (Rev Gaúcha Enferm.), v. 40, e20190008	Grupo terapêutico em saúde mental: percepção de usuários na atenção básica	Pesquisa Convergente Assistencial (PCA) com abordagem qualitativa.	Compreender a percepção de usuários da Atenção Básica diante do sofrimento mental e da participação em um grupo terapêutico de convivência.	Reforça que o grupo terapêutico é uma intervenção eficiente e viável na Atenção Básica, capaz de renovar práticas de cuidado em saúde mental, promover apoio emocional e gerar benefícios significativos aos participantes.
Franco RS <i>et al.</i> 2024. Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (RBMFC), v. 19, n. 46, artigo 390	Vivência de grupo de apoio em saúde mental na atenção primária: um relato de experiência	Relato de experiência com abordagem qualitativa.	Descrever e analisar a implementação de um grupo terapêutico em uma UBS como forma de qualificar a intervenção coletiva em saúde mental e atender às demandas de usuários com	A implementação do grupo terapêutico mostrou-se uma estratégia promissora no cuidado aos transtornos mentais na atenção básica. Além de favorecer a reabilitação psicossocial, estimulou a troca de

			ansiedade e depressão.	saberes entre comunidade, profissionais e universitários, ampliando a reflexão sobre novas práticas de cuidado em saúde mental para além das abordagens convencionais.
Rós IA <i>et al.</i> 2020. Revista Psicologia e Saúde, v. 12, n. 1, p. 75–86, jan./abr. 2020.	Avaliação da Psicoterapia de Grupo em Pacientes com Ansiedade e Depressão	Pesquisa do tipo exploratória, com enfoque qualitativo.	Avaliar a psicoterapia de grupo no tratamento de pacientes com ansiedade e depressão.	A psicoterapia de grupo foi efetiva nos seguintes aspectos: maior verbalização dos pacientes; melhor identificação dos sintomas; maior orientação e conscientização sobre tratamentos e consumo de medicamentos.
Santos IRDM <i>et al.</i> 2024. Caderno Impacto em Extensão, ISSN 2965-3002, Vol. 3, n. 2, edição especial.	Grupo de acolhimento de pessoas com sofrimento mental na Estratégia Saúde da Família: um relato de experiência	Estudo descritivo, qualitativo, do tipo relato de experiência	Relatar a experiência da formação de um grupo de cuidado e suporte a pessoas em sofrimento mental em uma Unidade Básica de Saúde, por meio da implementação de uma roda de Terapia Comunitária (TC).	Conclui-se que a abordagem comunitária, por meio da Terapia Comunitária, mostrou-se eficaz na promoção do cuidado e no enfrentamento do sofrimento mental, contribuindo para reduzir o estigma social.
Souza AMA <i>et al.</i> 2004. Texto & Contexto Enfermagem, volume 13, número 4, páginas 625-632.	Grupo terapêutico: sistematização da assistência de enfermagem em saúde mental	Relato de experiência (estudo qualitativo, descritivo)	Sistematizar a assistência de enfermagem por meio da abordagem grupal junto a mulheres com transtornos neuróticos, relacionados ao estresse e somatoformes	O estudo conclui que a realização de grupos terapêuticos constitui um empreendimento complexo e valioso, por gerar resultados positivos para a clientela (redução da ansiedade e adoção de novos comportamentos)

Fonte: Elaborada pela autora (2025).

Os resultados, em geral, demonstram que os grupos terapêuticos mostram-se como dispositivos relevantes no cuidado psicossocial, especialmente no contexto da APS, por

favorecerem o acolhimento do sofrimento mental, o fortalecimento de vínculos e a ampliação das possibilidades de cuidado coletivo no território. Contudo, a análise crítica dos estudos também revelou importantes lacunas na produção científica, principalmente no que se refere ao protagonismo do enfermeiro na condução dessas práticas na APS. Embora os grupos terapêuticos estejam sendo reconhecidos como estratégias potentes no cuidado em saúde mental, observa-se uma ausência significativa quanto ao protagonismo da enfermagem na literatura científica, aspecto que se mostra contraditório frente à centralidade do enfermeiro no processo de trabalho da Estratégia Saúde da Família (ESF).

A partir de sua análise temática, os artigos foram organizados em três categorias distintas: (1) grupos terapêuticos como estratégia de cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde; (2) contribuições dos grupos terapêuticos no manejo da ansiedade e da depressão; e (3) atuação do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos: limites, potencialidades e lacunas na APS. Essa categorização permitiu compreender não apenas os benefícios atribuídos às práticas grupais, mas também os desafios estruturais, institucionais e científicos relacionados à consolidação dessas estratégias no âmbito da Atenção Primária à Saúde.

6.1 Grupos terapêuticos como estratégia de cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde

Dos seis artigos incluídos nesta revisão integrativa, cinco reconhecem explicitamente os grupos terapêuticos como uma estratégia relevante para o cuidado em saúde mental no âmbito da Atenção Primária à Saúde. Apenas um estudo não foi incluído nesta categoria por ter sido desenvolvido em um serviço especializado, o CAPS, apresentando características organizacionais e assistenciais distintas da APS.

Os cinco artigos que compõem esta categoria convergem ao apontar que os grupos terapêuticos representam um dispositivo potente para o enfrentamento do sofrimento mental no território, especialmente frente à elevada prevalência de transtornos mentais comuns, como ansiedade e depressão, atendidos rotineiramente nas unidades da Estratégia Saúde da Família. Esses estudos destacam que a APS constitui um espaço privilegiado para o desenvolvimento de práticas grupais, por sua abrangência, proximidade com a comunidade e potencial para o acompanhamento longitudinal dos usuários.

O artigo de Souza et al. (2004) aponta que a demanda apresentada por pessoas que procuram os serviços de saúde mental ultrapassa a necessidade de intervenções medicamentosas. Esses sujeitos buscam, sobretudo, espaços de escuta qualificada,

acolhimento e reconhecimento de seus sofrimentos. Nesse sentido, o autor alerta para o risco de que os serviços reproduzam uma lógica centrada apenas na prescrição de medicamentos. Diante desse cenário, os autores compreendem que os grupos terapêuticos surgem como uma estratégia fundamental para o enfrentamento da medicalização excessiva, ao favorecerem a construção coletiva de sentidos e o apoio mútuo entre os participantes. Dessa forma, conforme as ideias de Souza (2004), o grupo se consolida como um dispositivo potente para qualificar o cuidado em saúde mental e evitar que os serviços se limitem a respostas prescritivas, desconsiderando a complexidade das demandas subjetivas apresentadas pelos usuários.

Adicionalmente, o relato de experiência de Santos et al. (2024) mostra que a APS caracteriza-se por ser um espaço propício à implementação de diversas estratégias de cuidado voltadas à saúde mental da população. As possibilidades terapêuticas nesse nível de atenção superam o acompanhamento individual, incluindo práticas coletivas como terapias comunitárias, grupos terapêuticos e rodas de conversa que permitem abordar o sofrimento. Essas ações favorecem respostas mais abrangentes e resolutivas às demandas. Além disso, os autores ressaltam a importância de que a APS disponha de espaços físicos e simbólicos que promovam acolhimento e humanização, criando um ambiente favorável à participação ativa dos usuários. Assim, conforme Santos et al. (2024), a APS se consolida como um espaço privilegiado de escuta, acolhimento e humanização, fundamental para a promoção da saúde mental e para a qualificação do cuidado psicossocial no território.

Nesse sentido, podemos apontar que de acordo com as contribuições de Brunozi et al. (2019) e Santos et al. (2024), a APS, especialmente por meio da ESF, constitui-se como um espaço central para o cuidado em saúde mental no contexto da Reforma Psiquiátrica. Sua inserção direta no território, aliada à diretriz da longitudinalidade do cuidado, possibilita o acompanhamento contínuo dos usuários ao longo da vida, favorecendo a construção de vínculos e o reconhecimento das singularidades que atravessam o processo saúde-doença. Nesse cenário, a APS articula e coordena o cuidado integrando os diversos níveis de atenção para garantir um atendimento contínuo, integral e resolutivo. Dessa forma, conforme destacam os estudos, a integração entre a Rede fortalece uma abordagem integral do usuário, considerando suas dimensões biológicas, psicológicas e sociais e reafirma o papel da APS como local privilegiado para um cuidado humanizado, contínuo e territorializado.

Ainda com base nas reflexões de Brunozi et al. (2019), toda prática assistencial em saúde pressupõe elementos como acolhimento, vínculo e confiança que são ferramentas fundamentais, especialmente na saúde mental, uma vez que sustentam a relação entre profissionais e usuários e possibilitam a efetividade das intervenções propostas. Conforme

evidenciado pelo artigo, é a partir de um acolhimento sensível e respeitoso que se torna possível a construção do vínculo e o estabelecimento de relações de confiança entre os participantes e os profissionais. Dessa forma, estes aspectos mostram-se como estratégias essenciais para a manutenção e continuidade dos grupos terapêuticos, além de potencializar as ações de promoção à saúde mental no contexto da APS.

Outro aspecto nos estudos de Brunozi et al. (2019) e Rós et al. (2020) refere-se à capacidade dos grupos terapêuticos de ampliar a resolutividade da APS. Do ponto de vista da organização dos serviços, os grupos também se apresentam como uma resposta concreta à sobrecarga da APS diante da alta demanda por atendimentos individuais em saúde mental. Ao possibilitarem o acompanhamento coletivo de usuários com sofrimento mental leve e moderado, os grupos contribuem para a organização do processo de trabalho das equipes, reduzindo a fragmentação do cuidado e favorecendo intervenções precoces diante do agravamento dos sintomas, especialmente em contextos marcados por limitações no acesso a serviços especializados em saúde mental.

Além disso, o estudo de Rós et al. (2020) descreve que os grupos terapêuticos são espaços estratégicos para ações de promoção e educação em saúde, permitindo a abordagem de temas relacionados ao autocuidado, manejo do estresse, fortalecimento da autonomia e uso racional de medicamentos. Essa abordagem também contribui para qualificar a atuação dos profissionais de saúde, que passam a desempenhar um papel ativo na orientação, capacitação e incentivo aos usuários, favorecendo o diálogo aberto sobre os sintomas e o fortalecimento do manejo do sofrimento psíquico.

Os apontamentos de Brunozi et al. (2019) e Rós et al. (2020) também mostram que os grupos são dispositivos de tecnologia leve centrados na escuta qualificada, no diálogo e vínculo. São também de baixo custo, acessíveis e aptos a serem mediados por diferentes categorias profissionais, o que possibilita um trabalho multiprofissional no cuidado aos usuários em sofrimento. Conforme referido no estudo de Rós et al. (2020), a dinâmica grupal, mediada por um profissional capacitado, possibilita alcançar um maior número de usuários em menor tempo, ampliando o acesso ao cuidado em saúde mental, onde a demanda é elevada e os recursos são limitados.

Ademais, de acordo com Franco et al. (2024) e Brunozi et al. (2019), os grupos terapêuticos são uma estratégia potente para a reorganização do cuidado em saúde mental na APS. A implementação dessas práticas apresenta impactos diretos na dinâmica das unidades, uma vez que demandas recorrentes relacionadas à ansiedade e à depressão, frequentemente responsáveis por grande parte das consultas individuais, passam a ser acolhidas e atendidas no

espaço coletivo. Esse processo contribui para a diminuição da procura por atendimentos individualizados. Conforme ressalta Franco et al. (2024), a incorporação do acompanhamento dessas situações às práticas rotineiras da APS representa um avanço na superação do modelo de cuidado centrado exclusivamente na medicalização e na internação psiquiátrica, contribuindo para a redução do número de internações por transtornos mentais e a procura por atendimento frente aos sintomas agudos nas unidades de urgência e emergência.

Entretanto, apesar do reconhecimento de sua relevância, o artigo de Franco et al. (2024) evidencia que os grupos terapêuticos ainda são frequentemente implementados como iniciativas pontuais, dependentes do engajamento de profissionais específicos, e pouco institucionalizadas no cotidiano da APS. Esse achado reforça a necessidade de reconhecimento institucional, apoio da gestão e inserção sistemática dessas práticas no processo de trabalho das equipes, de modo que os grupos terapêuticos sejam compreendidos como práticas estruturantes do cuidado em saúde mental na APS.

De modo geral, a análise dos estudos evidencia que os grupos terapêuticos constituem uma estratégia efetiva e viável para o manejo dos transtornos de ansiedade e depressão no contexto da APS. Nesse sentido, os grupos terapêuticos mostram-se benéficos aos usuários por oferecerem um espaço seguro de compartilhamento de experiências, apoio mútuo e desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, promovendo melhora na autoestima e do bem-estar emocional.

6.2 Contribuições dos grupos terapêuticos no manejo da ansiedade e da depressão

Os artigos analisados evidenciam impactos positivos da participação em grupos terapêuticos no manejo de quadros de ansiedade e depressão. Esses estudos apontam que o cuidado grupal contribui significativamente para a redução do sofrimento psíquico, melhora da percepção de saúde mental e fortalecimento de recursos emocionais dos usuários. O estudo de Rós et al. (2020) fornece subsídios importantes para compreender os efeitos da psicoterapia de grupo no manejo dos transtornos psíquicos, evidenciando resultados positivos tanto no alívio dos sintomas quanto na melhoria da funcionalidade e do bem-estar emocional dos participantes. A avaliação dos desfechos aponta que a participação regular em grupos terapêuticos possibilita aos usuários desenvolver maior compreensão sobre seus sentimentos, reconhecer padrões de sofrimento psíquico e ampliar estratégias de enfrentamento diante das situações estressoras do cotidiano.

Segundo Rós et al. (2020), a participação nos grupos favorece mudanças positivas no cotidiano dos usuários, especialmente a partir da incorporação de novos hábitos e da

ressignificação dos sentimentos. O espaço grupal possibilita que os participantes ampliem suas formas de interação social, reduzindo o isolamento e fortalecendo o convívio com o outro. Além disso, as trocas estabelecidas no grupo permitem a construção de feedbacks entre os integrantes, o que contribui para o reconhecimento das próprias evoluções e das melhorias vivenciadas por cada um. Desta forma, o grupo constitui um ambiente favorável para o fortalecimento das relações interpessoais, promovendo apoio mútuo, compartilhamento de experiências e maior protagonismo dos usuários no seu cuidado. Esses espaços contribuem para a identificação dos sintomas de ansiedade e depressão que possibilita a percepção precoce de crises, além de maior orientação e sensibilização quanto às possibilidades terapêuticas e ao uso de medicamentos.

Abrahamian (2012) ressalta ainda que a psicoterapia de grupo na ESF contribui para a ressignificação do sofrimento psíquico, ao possibilitar que os participantes reconheçam suas dificuldades como experiências compartilhadas e não como problemas exclusivamente individuais. A participação contínua em processos terapêuticos grupais produz repercussões positivas em diferentes dimensões da vida dos usuários acompanhados na APS. A maioria dos participantes relatou mudanças significativas em sua percepção de saúde, bem como elevação da autoestima, nos vínculos interpessoais e na forma de compreender a própria vida e as relações com os outros. Esses resultados indicam que a vivência no grupo favorece uma visão mais positiva de si, da sua vida e do contexto social, contribuindo para a melhora do bem-estar e da qualidade de vida.

O relato de Franco et al. (2024) reforça essa perspectiva ao evidenciar que os grupos de apoio em saúde mental na APS funcionam como dispositivos de cuidado ampliado, estimulando a corresponsabilização dos usuários pelo próprio processo de cuidado e fortalecendo práticas de autocuidado. Os autores destacam que o acompanhamento coletivo contribui para reduzir a fragmentação do cuidado e favorece a continuidade das ações em saúde mental no território, alinhando-se aos princípios da integralidade e da longitudinalidade da APS.

De acordo com Santos et al. (2024) e Brunozi et al. (2019), as práticas grupais no contexto da APS, incluindo a terapia comunitária e os grupos terapêuticos, desempenham papel relevante no enfrentamento do estigma associado ao sofrimento psíquico e aos transtornos mentais. Essas intervenções mostram-se como dispositivos psicossociais capazes de promover espaços de escuta, diálogo e acolhimento, nos quais diferentes singularidades são reconhecidas como parte de um mesmo território, favorecendo o sentimento de pertencimento e a valorização da diversidade. Os grupos também assumem um caráter

educativo, ao possibilitarem a problematização do adoecimento mental e a desconstrução de estereótipos historicamente associados à loucura. Além disso, a inserção de pessoas em sofrimento psíquico em espaços coletivos e comunitários favorece a aproximação com a comunidade, reduzindo o preconceito e a exclusão social. Assim, conforme demonstrado por Santos et al. (2024) e Brunozi et al. (2019), os grupos terapêuticos constituem uma estratégia potente para a redução do estigma em saúde mental, ao promoverem um ambiente favorável com menos discriminações.

Segundo Franco et al. (2024), as experiências desenvolvidas durante e após a pandemia da COVID-19 evidenciaram a importância das intervenções grupais como estratégias de cuidado em saúde mental, especialmente diante dos impactos psicológicos decorrentes de um adoecimento vivido de forma coletiva. Essas práticas possibilitaram a criação de espaços de acolhimento capazes de estimular, entre os participantes, recursos de suporte emocional, redução das tensões e fortalecimento de vínculos, favorecendo a construção de redes de apoio. Além disso, no espaço grupal, a participação ativa dos participantes favorece a ressignificação das vivências de sofrimento e contribui para o fortalecimento da autonomia e da autoestima dos usuários, reconhecendo-os como sujeitos protagonistas do próprio cuidado.

De modo geral, os artigos analisados indicam que os grupos terapêuticos podem produzir efeitos positivos no manejo da ansiedade e da depressão ao promoverem escuta, apoio mútuo, fortalecimento de vínculos e construção coletiva de estratégias de enfrentamento. Assim, os grupos terapêuticos afirmam-se como espaços potentes de cuidado em saúde mental.

6.3 Atuação do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos: limites, potencialidades e lacunas na APS

A análise dos seis artigos incluídos nesta revisão integrativa evidencia uma lacuna significativa na literatura científica no que se refere ao protagonismo do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos em saúde mental no âmbito da Atenção Primária à Saúde. Dentre os estudos analisados, apenas um artigo aborda explicitamente a condução de grupos terapêuticos por enfermeiros: *Grupo terapêutico: sistematização da assistência de enfermagem em saúde mental*, de Souza et al. (2004). Entretanto, essa experiência foi desenvolvida em um CAPS e não no contexto da APS.

O estudo de Souza et al. (2004) descreve a aplicação da Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) como eixo estruturante para a condução de grupos terapêuticos em

saúde mental, evidenciando que o enfermeiro possui competências técnico-científicas e relacionais para planejar, executar e avaliar intervenções grupais. A utilização da SAE confere maior organização ao processo de cuidado, permitindo a identificação das necessidades dos usuários, a definição de diagnósticos de enfermagem e a avaliação dos resultados alcançados. Tal achado reforça o potencial da enfermagem para atuar de forma protagonista no cuidado em saúde mental.

Contudo, o fato de essa experiência estar no contexto do CAPS demonstra um limite importante da produção científica disponível. Embora o CAPS seja um dispositivo estratégico da Rede de Atenção Psicossocial, sua lógica de funcionamento, perfil assistencial e organização do trabalho diferem significativamente da APS. Assim, os resultados do estudo de Souza et al. (2004), apesar de relevantes, não podem ser transferidos para a realidade da APS, marcada por maior diversidade das demandas, vínculo longitudinal com as famílias e atuação territorial ampliada.

Os grupos terapêuticos relatados nos estudos foram, em sua maioria, coordenados por psicólogos, médicos ou por equipes multiprofissionais, sem detalhamento do protagonismo do enfermeiro na condução das atividades. A ausência de estudos que abordem a condução de grupos terapêuticos por enfermeiros na APS mostra uma diferença entre a prática cotidiana dos serviços e a produção científica. Essa lacuna reforça a necessidade de ampliar a produção de conhecimento que valorize a atuação do enfermeiro na APS, especialmente em estratégias de cuidado coletivo como os grupos terapêuticos. A predominância de estudos conduzidos em serviços especializados, como os CAPS, pode reforçar a centralidade do cuidado em saúde mental fora da APS, contrariando as diretrizes do SUS que reconhecem a Atenção Primária como coordenadora do cuidado e porta de entrada preferencial da rede.

Conforme apontado por Rós et al. (2020), embora as intervenções por meio de grupos terapêuticos na APS tenham demonstrado resultados positivos, ainda se observa uma limitação na produção científica voltada a essa modalidade de cuidado. Nesse sentido, torna-se fundamental o desenvolvimento de novas pesquisas que aprofundem a análise dessa estratégia, ampliando as evidências sobre sua efetividade e contribuindo para o fortalecimento de práticas grupais no cuidado em saúde mental.

Essa lacuna torna-se ainda mais significativa ao considerar que o enfermeiro é um dos profissionais que mantém maior contato longitudinal com os usuários e famílias no território, desempenhando funções estratégicas como acolhimento, escuta qualificada, educação em saúde, acompanhamento contínuo e articulação da rede de cuidados. Apesar disso, a ausência de estudos que analisem de forma sistemática a condução de grupos terapêuticos por

enfermeiros revela uma invisibilização científica desse trabalho, reforçando a hegemonia de determinados núcleos profissionais na produção do conhecimento em saúde mental.

Essa limitação da literatura pode contribuir para a reprodução de modelos assistenciais centrados em saberes especializados, em detrimento de práticas interdisciplinares que valorizem o trabalho da enfermagem na APS. Além disso, a escassez de estudos voltados à atuação do enfermeiro em grupos terapêuticos fragiliza a construção de evidências que subsidiem a ampliação e institucionalização dessas práticas no âmbito da Estratégia Saúde da Família.

A inexistência de publicações que abordem a condução de grupos terapêuticos por enfermeiros na APS também aponta para a necessidade de investimentos em pesquisa, formação e educação permanente, visando fortalecer a atuação desse profissional no cuidado em saúde mental. Dessa forma, os achados desta categoria demonstram que, embora o enfermeiro possua respaldo legal, técnico e ético para conduzir grupos terapêuticos, sua atuação permanece pouco explorada na literatura científica quando situada no contexto da APS. Tal cenário aponta para a necessidade urgente de incentivar pesquisas que investiguem e divulguem experiências de grupos terapêuticos conduzidos por enfermeiros na Atenção Primária, analisando seus impactos no manejo da ansiedade e da depressão, na resolutividade dos serviços e no fortalecimento do cuidado no território. A ampliação dessa produção científica é fundamental para fortalecer o protagonismo da enfermagem e consolidar os grupos terapêuticos como estratégia estruturante do cuidado em saúde mental na Atenção Primária.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise desta revisão permite afirmar que os grupos terapêuticos ocupam um lugar estratégico no cuidado em saúde mental, especialmente no manejo de usuários com ansiedade e depressão no âmbito da Atenção Primária à Saúde. Os grupos se apresentam como dispositivos de cuidado capazes de questionar o modelo assistencial tradicional, ao deslocarem o foco do atendimento individualizado e medicalizante para práticas coletivas, territoriais e fundamentadas na escuta, no vínculo e na corresponsabilização.

Os achados desta revisão indicam que os efeitos dos grupos terapêuticos vão além da dimensão clínica, atingindo também a organização do processo de trabalho das equipes, a ampliação da resolutividade da APS e o fortalecimento de redes de apoio no território. Nesse sentido, os grupos mostram-se alinhados com os princípios da integralidade, da longitudinalidade e da coordenação do cuidado, reafirmando a Atenção Primária como espaço

legítimo e potente para o cuidado em saúde mental, inclusive frente às limitações de acesso à atenção especializada.

Entretanto, a análise dos estudos indica que os grupos terapêuticos ainda enfrentam dificuldades para se consolidarem como práticas na Atenção Primária à Saúde. A maioria das experiências descritas depende da iniciativa individual dos profissionais e necessita de reconhecimento institucional, o que mostra a necessidade de maior apoio da gestão, inserção dessas ações no processo de trabalho das equipes e fortalecimento de políticas públicas que sustentem o cuidado coletivo em saúde mental.

Destaca-se, de forma fundamental, a lacuna existente na literatura científica quanto ao protagonismo do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos na Atenção Primária à Saúde. Apesar de sua centralidade no cotidiano da Estratégia Saúde da Família e de seu papel estratégico no acolhimento, acompanhamento longitudinal e articulação do cuidado no território, a atuação do enfermeiro permanece pouco visibilizada na produção científica. Essa ausência não reflete a prática real dos serviços, mas revela uma desproporção na produção do conhecimento que tende a reforçar modelos centrados em núcleos profissionais específicos.

Nesse contexto, torna-se fundamental ampliar a produção científica que analise e sistematize a atuação do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos na Atenção Primária à Saúde, considerando seus efeitos no manejo da ansiedade e da depressão, na resolutividade dos serviços e no fortalecimento do cuidado no território. O avanço desse conhecimento contribui para a qualificação da prática profissional e para o fortalecimento de um modelo de atenção em saúde mental mais integrado, interdisciplinar com os princípios do Sistema Único de Saúde.

Considera-se que os objetivos e a hipótese deste trabalho foram parcialmente respondidos, sendo cumpridos de forma satisfatória em relação aos questionamentos sobre a relevância dos grupos terapêuticos, o que se mostrou de forma bastante positiva. Contudo, em relação ao protagonismo da Enfermagem, apesar da abundância de indícios da potencialidade dessa atuação, há uma lacuna relevante na literatura acadêmica que dificulta conclusões nesse sentido.

Particularmente, minha experiência enquanto enfermeira conduzindo um desses grupos diz que eles trazem muitos benefícios aos participantes. Estes tornam o cuidado em saúde mental mais próximo e centralizado, fortalecem vínculos entre os pares e os profissionais, promovem reflexões e estratégias de enfrentamento ao sofrimento mental. Além de promoverem uma maior autonomia e percepção dos sentimentos que desencadeiam o sofrimento. Na minha prática profissional observo uma melhora significativa na redução dos

sintomas dos transtornos de ansiedade e depressão, pois o grupo ressignifica os sentimentos, constroem laços de afeto e empatia aos sentimentos do outro e promove a melhora da autoestima dos participantes.

Ao fim, de forma geral, esta revisão aponta que reconhecer os grupos terapêuticos como práticas estruturantes em saúde mental nas Unidades da APS implica reconhecer, também, os sujeitos que os sustentam no cotidiano dos serviços. Dar visibilidade científica à atuação do enfermeiro na condução desses grupos não é apenas uma lacuna acadêmica a ser preenchida, mas um passo político e ético na defesa de uma APS forte, resolutiva e comprometida com o cuidado em saúde mental no território e o protagonismo da enfermagem nesses espaços.

REFERÊNCIAS

- ABDALA, Vitor. **Estudo mostra impacto de tiroteios na saúde de moradores de favelas.** Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2023-08/estudo-mostra-impacto-de-tiroteios-na-saude-de-moradores-de-favelas>. Acesso em: 20 set. 2025.
- ABRAHAMIAN, Roy. Uma experiência de psicoterapia de grupo dentro da Estratégia Saúde da Família. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, [S.L.], v. 6, n. 21, p. 271-274, 10 jan. 2012. Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (SBMFC). [http://dx.doi.org/10.5712/rbmfc6\(21\)267](http://dx.doi.org/10.5712/rbmfc6(21)267). Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/267/384>. Acesso em: 23 dez. 2025.
- ALBERT, Paul R.. Why is depression more prevalent in women? **Journal Of Psychiatry And Neuroscience**, [S.L.], v. 40, n. 4, p. 219-221, jul. 2015. Canadian Science Publishing. <http://dx.doi.org/10.1503/jpn.150205>. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4478054/>. Acesso em: 07 jan. 2026.
- BARBOSA, Maria Idalice Silva; BOSI, Maria Lúcia Magalhães. Vínculo: um conceito problemático no campo da saúde coletiva. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 27, n. 4, p. 1003-1022, dez. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312017000400008>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/48VFbgfLbRSh9tGJ7BzDSZq/?lang=pt>. Acesso em: 18 set. 2025.
- BARROS, Paulo. **Afastamentos por saúde mental batem recorde e crescem mais de 400% desde a pandemia.** Disponível em: <https://www.infomoney.com.br/carreira/afastamentos-por-saude-mental-batem-recorde-e-crescem-mais-de-400-desde-a-pandemia/>. Acesso em: 20 set. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990.** Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 20 set. 1990.
- BRASIL. **Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001.** Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 9 abr. 2001.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial.** Brasília: Ministério da Saúde, 2004. Disponível em: http://www.ccs.saude.gov.br/saude_mental/pdf/sm_sus.pdf. Acesso em: 16 set. 2025
- BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011.** Institui a Rede de Atenção Psicossocial para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 26 dez. 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Básica.** Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html Acesso em: 16 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão**. 2022. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao>. Acesso em: 19 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde mental no SUS: cuidado em rede na atenção primária à saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-mental>. Acesso em: 07 jan. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Com foco em atendimento humanizado e cuidado integral, Ministério da Saúde fortalece assistência para saúde mental no SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/julho/com-foco-em-atendimento-humanizado-e-cuidado-integral-ministerio-da-saude-fortalece-assistencia-para-saude-mental-no-sus>. Acesso em: 20 set. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria GM/MS nº 635, de 22 de maio de 2023**. Institui as Equipes Multiprofissionais na Atenção Primária à Saúde (eMulti) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 22 maio 2023. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2023/prt0635_22_05_2023.html. Acesso em: 16 set. 2025.

BRITO, Valéria Cristina de Albuquerque *et al.* Prevalência de depressão autorreferida no Brasil: pesquisa nacional de saúde 2019 e 2013. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, [S.L.], v. 31, n. 1, p. 1-13, 2022. FapUNIFESP (SciELO).

<http://dx.doi.org/10.1590/ss2237-9622202200006.especial>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ress/a/YJthwW4VYj6N59BjdS94FJM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 07 jan. 2026.

BRUNOZI, Naipy Abreu *et al.* Therapeutic group in mental health: intervention in the family health strategy. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, [S.L.], v. 40, p. 1-9, 2019. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20190008>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/qbjFvt3YV75fz8q8f7WX5fM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 23 dez. 2025.

CAETANO, Beatriz Lacerda; SANTEIRO, Tales Vilela. Atendimento psicológico grupal: experiências de usuários de serviços do Sistema Único de Saúde. **Vínculo – Revista do NESME**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 120–130, jan./jun. 2022. DOI: 10.32467/issn.19982-1492v19n1a12. Disponível em:

<https://www.redalyc.org/journal/1394/139473537012/139473537012.pdf>. Acesso em: 8 jan. 2026.

CARDOSO, Claudia Lins. Grupos terapêuticos na abordagem gestáltica: uma proposta de atuação clínica em comunidades. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 67-80, abr. 2009. Disponível em:

https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812009000100010. Acesso em: 18 set. 2025.

CARPENA, Marina X. *et al.* Sociodemographic, behavioral, and health-related risk factors for depression among men and women in a southern Brazilian city. **Brazilian Journal Of**

Psychiatry, [S.L.], v. 41, n. 5, p. 396-402, out. 2019. EDITORA SCIENTIFIC. <http://dx.doi.org/10.1590/1516-4446-2018-0135>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/FPn8FTfRjntZYPtZWgBGwvL/?lang=en>. Acesso em: 07 jan. 2026.

CASTILLO, Ana Regina Gl *et al.* Transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, [S.L.], v. 22, n. 2, p. 20-23, dez. 2000. EDITORA SCIENTIFIC. <http://dx.doi.org/10.1590/s1516-44462000000600006>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/?lang=pt>. Acesso em: 07 jan. 2026.

CONFEDERAÇÃO FEDERAL DE FARMÁCIA (CFF). **Uso de antidepressivos cresce entre adultos brasileiros e reflete cenário nacional de saúde mental**. Brasília, 31 jul. 2025. Disponível em: <https://site.cff.org.br/noticia/Noticias-gerais/31/07/2025/uso-de-antidepressivos-cresce-entre-adultos-brasileiros-e-reflete-cenario-nacional-de-saude-mental>. Acesso em: 27 dez. 2025.

FERNANDES, Márcia Astrês *et al.* Transtornos de ansiedade: vivências de usuários de um ambulatório especializado em saúde mental. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 11, n. 10, p. 3836–3844, out. 2017. Disponível em: https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/25366/pdf_1. Acesso em: 07 jan. 2026.

FETER, N. *et al.* Depression and anxiety symptoms remained elevated after 10 months of the COVID-19 pandemic in southern Brazil: findings from the pampa cohort. **Public Health**, [S.L.], v. 204, p. 14-20, mar. 2022. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.puhe.2021.12.019>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35121569/>. Acesso em: 09 jan. 2026.

FRANCO, Renato Soleiman *et al.* Vivência de grupo de apoio em saúde mental na atenção primária. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, [S.L.], v. 19, n. 46, p. 3901, 2 nov. 2024. Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (SBMFC). [http://dx.doi.org/10.5712/rbmfc19\(46\)3901](http://dx.doi.org/10.5712/rbmfc19(46)3901). Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2024/11/1577682/document-2.pdf>. Acesso em: 23 dez. 2025.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal**. Rio de Janeiro: IBGE, 2020. Disponível em: <https://www.pns.icict.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/02/liv101764.pdf>. Acesso em: 27 jul. 2025.

JEAN, Pascal *et al.* Terapia Comunitária Integrativa para promoção da saúde em acadêmicos de uma Universidade da Terceira Idade. **Temas em Educação e Saúde**, [S.L.], v. 16, n. 1, p. 256-270, 30 set. 2020. Revista Temas em Educacao e Saude. <http://dx.doi.org/10.26673/tes.v16iesp.1.14307>. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/14307/9761>. Acesso em: 08 jan. 2026.

KIRKBRIDE, James B. *et al.* The social determinants of mental health and disorder: evidence, prevention and recommendations. **World Psychiatry**, [S.L.], v. 23, n. 1, p. 58-90, 12 jan. 2024. Wiley. <http://dx.doi.org/10.1002/wps.21160>. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/wps.21160>. Acesso em: 08 jan. 2026.

LOPES, Olívia Cristina Alves *et al.* Competências dos enfermeiros na estratégia Saúde da Família. **Escola Anna Nery**, [S.L.], v. 24, n. 2, p. 1-8, dez. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2019-0145>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/zB5Npy99wyPDGX4jXzdNDYp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 set. 2025.

MANGOLINI, Vitor Iglesias *et al.* Epidemiologia dos transtornos de ansiedade em regiões do Brasil. **Revista de Medicina**, [S.L.], v. 98, n. 6, p. 415-422, 27 nov. 2019. Universidade de São Paulo. Agência de Bibliotecas e Coleções Digitais. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v98i6p415-422>. Disponível em: <https://revistas.usp.br/revistadc/article/view/144226/157948>. Acesso em: 19 set. 2025.

MENDES, Karina dal Sasso *et al.* Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, [S.L.], v. 17, n. 4, p. 758-764, dez. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-07072008000400018>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 20 set. 2025.

MERCEDES, Bruna Paiva do Carmo *et al.* Economic burden of depression in Brazil: a cost-of-illness study based on productivity losses and healthcare costs between 2010 to 2018. **Expert Review Of Pharmacoeconomics & Outcomes Research**, [S.L.], v. 23, n. 2, p. 181-189, 20 dez. 2022. Informa UK Limited. <http://dx.doi.org/10.1080/14737167.2023.2154659>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36537181/>. Acesso em: 09 jan. 2026.

MINOZZO, Fabiane *et al.* Grupos de saúde mental na atenção primária à saúde. **Fractal: Revista de Psicologia**, [S.L.], v. 24, n. 2, p. 323-340, ago. 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1984-02922012000200008>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fractal/a/p9Pmz6nYmg5M4mKScL7GRwr/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 08 jan. 2026.

NOGUEIRA, João Gabriel Pereira *et al.* INTERNAÇÃO, MORTALIDADE E VALORES TOTAIS GASTOS POR TRANSTORNOS MENTAIS NO BRASIL: uma análise epidemiológica e financeira dos últimos 10 anos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S.L.], v. 9, n. 8, p. 1793-1806, 18 set. 2023. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. <http://dx.doi.org/10.51891/rease.v9i8.10985>. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10985>. Acesso em: 09 jan. 2026.

NUNES, Fernanda Costa *et al.* Fatores impulsores e restritivos da prática com grupos em serviços comunitários de atenção psicossocial. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 27, n. 1, p. 183-192, jan. 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-8123202271.19992021>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/FHCLtK6DXjgHWqP3ZZWBTZg/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 08 jan. 2026.

OBSERVATÓRIO DA SAÚDE PÚBLICA – Umane. Covitel: a magnitude do impacto das doenças crônicas não transmissíveis na população adulta brasileira. **Observatório da Saúde Pública**, 2023. Disponível em: https://observatoriosaudepublica.com.br/pesquisas/covitel/?_gl=1*1157wkc*_gcl_au*MTk0MTAzMTc5Ny4xNzY3ODgwMTc1. Acesso em: 8 jan. 2026.

PORTO, José Alberto del Conceito e diagnóstico. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 06-11, maio 1999. EDITORA SCIENTIFIC. <http://dx.doi.org/10.1590/s1516-44461999000500003>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dwLyt3cv3ZKmKMLXv75Tbxn/?lang=pt>. Acesso em: 07 jan. 2026.

RAZZOUK, Denise Por que o Brasil deveria priorizar o tratamento da depressão na alocação dos recursos da Saúde? **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, [S.L.], v. 25, n. 4, p. 845-848, out. 2016. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.5123/s1679-49742016000400018>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/hffSJgnzfnWS9DHKNmv37sD/?lang=pt>. Acesso em: 09 jan. 2026.

RÓS, Isadora Augusto; FERREIRA, Cristina Aparecida de Carvalho; GARCIA, Clerison Stelvio. Avaliação da psicoterapia de grupo em pacientes com ansiedade e depressão. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 12, n. 1, p. 75–86, jan./mar. 2020. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2020000100006. Acesso em: 18 set.2025.

SALDANHA, Adriana Pereira et al. Revisão teórica: um estudo sobre o desenvolvimento do comportamento e a ênfase da cognição no tratamento do TAG – Transtorno de Ansiedade Generalizada. **Farol: Revista de Estudos Organizacionais e Sociedade**, Rolim de Moura, v. 8, n. 8, p. 330–346, 2019. Disponível em: <https://revista.farol.edu.br/index.php/farol/article/view/166/150>. Acesso em: 8 jan. 2026.

SANTOS, Isadora Ruth Dantas de Medeiros et al. GRUPO DE ACOLHIMENTO DE PESSOAS COM SOFRIMENTO MENTAL NA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA. **Caderno Impacto em Extensão**, Campina Grande, v. 3, n. 2, 2024. Disponível em: <https://revistas.editora.ufcg.edu.br/index.php/cite/article/view/2240>. Acesso em: 23 dez. 2025.

SOUZA, Ângela Maria Alves e *et al.* Grupo terapêutico: sistematização da assistência de enfermagem em saúde mental. **Texto & Contexto - Enfermagem**, [S.L.], v. 13, n. 4, p. 625-632, dez. 2004. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-07072004000400016>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/Tqw3kCHDxh9sgDq9GdxDnmt/?lang=pt>. Acesso em: 23 dez. 2025.

VEÇOSO, Marcos Cesar; MARTINEZ, Luiz Lopes. Prevalência de depressão em mulheres adultas de poder aquisitivo médio-baixo no Brasil = Prevalence of depression in adult women with medium-low purchasing power in Brazil. **Arquivos Médicos dos Hospitais e da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo**, São Paulo, v. 69, p. e6, 2024. DOI: 10.26432/1809-3019.2024.69.006. Disponível em: <https://arquivosmedicos.fcmsantacasasp.edu.br/index.php/AMSCSP/article/view/1003/1248>. Acesso em: 07 jan. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Mental health action plan 2013–2030**. Geneva: WHO, 2013. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>. Acesso em: 20 jul. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Mental health: strengthening our response**. Geneva: WHO, 2022. Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em: 20 jul. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. **Anxiety disorders: key facts**. WHO, 8 set. 2025a. Disponível em: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>. Acesso em: 07 jan. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. **Depressive disorder (depression): key facts**. WHO, 29 ago. 2025b. Disponível em: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/depression>. Acesso em: 07 jan. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. **Over a billion people living with mental health conditions – services require urgent scale-up**. Geneva: WHO, 02 set. 2025c. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/02-09-2025-over-a-billion-people-living-with-mental-health-conditions-services-require-urgent-scale-up>. Acesso em: 07 jan. 2026.