

O PAPEL DA ENFERMAGEM NO ATENDIMENTO E TRATAMENTO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE EM AMBIENTES CLÍNICOS

THE ROLE OF NURSING IN THE CARE AND TREATMENT OF ANXIETY DISORDERS IN CLINICAL SETTINGS

Bianca Oliveira de Aguiar¹
Rodolfo Jose Vitor²

RESUMO: **Introdução:** A ansiedade é um dos transtornos mentais mais prevalentes no mundo, impactando significativamente a qualidade de vida das pessoas e representando um desafio para os serviços de saúde. Nesse contexto, a enfermagem assume papel central no cuidado, desde a identificação precoce dos sinais e sintomas até a implementação de intervenções terapêuticas e humanizadas. **Objetivo:** Compreender o papel da enfermagem no atendimento e tratamento dos transtornos de ansiedade em ambientes clínicos. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases SciELO e BVS, com recorte temporal de 2005 a 2025. Foram utilizados 5 artigos totais para pesquisa. **Resultado:** A análise dos estudos demonstrou que a atuação do enfermeiro é fundamental para o manejo da ansiedade, envolvendo escuta qualificada, orientação quanto ao tratamento medicamentoso, incentivo a técnicas de relaxamento e participação da família no processo terapêutico. Os achados evidenciam ainda a importância da qualificação profissional contínua e do cuidado humanizado, que fortalece os vínculos terapêuticos e contribui para melhores resultados clínicos. **Conclusão:** Conclui-se que a enfermagem, inserida em equipe multiprofissional e comprometida com a saúde mental, desempenha papel decisivo na assistência integral e resolutiva às pessoas com transtornos de ansiedade.

8423

Palavras-chave: Enfermagem. Transtornos de ansiedade. Saúde mental. Assistência de enfermagem.

ABSTRACT: **Introduction:** Anxiety is one of the most prevalent mental disorders worldwide, significantly impacting individuals' quality of life and representing a challenge for healthcare services. In this context, nursing plays a central role in care, from the early identification of signs and symptoms to the implementation of therapeutic and humanized interventions. **Objective:** This study aimed to understand the role of nursing in the care and treatment of anxiety disorders in clinical settings. **Methodology:** An integrative literature review was carried out using the SciELO and BVS databases, covering the period from 2005 to 2025. A total of 5 articles were used for research. **Result:** The analysis showed that nursing practice is essential in managing anxiety, involving active listening, guidance on medication use, encouragement of relaxation techniques, and Family involvement in the therapeutic process. The findings also highlight the importance of continuous professional training and humanized care, which strengthen therapeutic bonds and contribute to better clinical outcomes. **Conclusion:** It is concluded that nursing, when integrated into a multidisciplinary team and committed to mental health, plays a decisive role in providing comprehensive and effective care for individuals with anxiety disorders.

Keywords: Nursing. Anxiety disorders. Mental health. Nursing care.

¹ Discente do curso de enfermagem, IESB.

² Docente do curso de enfermagem, IESB.

I. INTRODUÇÃO

A ansiedade é um fenômeno psicológico que, segundo o DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013), afeta milhões de pessoas em todo o mundo, manifestando-se em diversas formas e impactando significativamente a qualidade de vida dos indivíduos. Estudos apontam para uma prevalência crescente de transtornos de ansiedade, o que destaca a necessidade de intervenção eficazes e de um suporte adequado em ambientes clínicos. (Andrade *et al.*, 2019)

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017), cerca de 264 milhões de pessoas vivem com transtornos de ansiedade com um aumento significativo entre os anos de 2005 e 2015, estimado em 14,9%, relacionado ao crescimento e envelhecimento populacional. Tais transtornos apresentam prevalência maior em mulheres (4,6%) do que em homens (2,6%) a nível global, e o Brasil ocupa posição de destaque como o país com maior número de casos.

A assistência de enfermagem é essencial à pessoa com transtornos de ansiedade. Além de fazer uma avaliação geral do paciente, não somente em questões clínicas, mas também às suas necessidades psicológicas, o enfermeiro especialista em sinais e sintomas mesmo em suas manifestações iniciais. Para traçar um plano de cuidados de enfermagem ao paciente com transtorno de ansiedade, são realizadas algumas intervenções, tais como orientações sobre os efeitos colaterais das medicações, abordagens tranquilizantes, atenção e escuta para promover o encorajamento do paciente, encorajar a participação da família durante todo o tratamento, ensinar técnicas de relaxamento e respiração, encorajar a prática de exercícios para alívio dos sintomas físicos, identificar mudanças nos níveis de ansiedade e auxiliar o paciente a identificar situações que sejam gatilhos para a ansiedade (Oliveira; Marques; Silva, 2020).

8424

Contemporaneamente, o enfermeiro assume o papel de agente terapêutico, favorecendo relações interpessoais, a aceitação de si próprio e a promoção de cuidados que visam ao bem-estar e à recuperação do paciente. Para isso, torna-se necessária a qualificação constante, garantindo uma atuação efetiva dentro de um modelo de atenção integral (Carrara, *et al.*, 2015).

Diante disso, surge a seguinte questão norteadora: Como a enfermagem contribui para o atendimento e tratamento de pacientes com transtornos de ansiedade em ambientes clínicos? Essa pergunta orienta a investigação sobre as práticas adotadas pelos profissionais de enfermagem, os desafios enfrentados no cuidado a esses pacientes e as estratégias que podem ser aprimoradas para garantir uma assistência mais eficaz e humanizada.

A escolha desse tema justifica-se pela relevância da saúde mental no contexto atual e pela necessidade de preparar profissionais de enfermagem para lidar com transtornos psicológicos de forma sensível, ética e humanizada. Compreender a atuação da enfermagem na

assistência a pessoas com transtornos de ansiedade possibilita identificar estratégias eficazes, promover melhorias no cuidado clínico e subsidiar políticas de saúde mental.

Assim, o presente estudo tem como objetivo compreender o papel da enfermagem no atendimento e tratamento dos transtornos em ambientes clínicos, destacando a importância da assistência humanizada, das práticas de acolhimento e das intervenções terapêuticas no manejo dessa condição.

2. METODOLOGIA

O trabalho apresentado se refere a uma revisão integrativa que consiste em um método de pesquisa que permite a síntese de resultados de estudos já realizados, de forma sistemática e ordenada, possibilitando a compreensão ampla sobre um determinado fenômeno ou problema. Esse tipo de revisão integra dados da literatura teórica e empírica, proporcionando a construção fundamentadas e aplicáveis à prática clínica e à pesquisa (Whittemor; Knafl, 2005)

Segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008), a revisão integrativa é apropriada quando o objetivo é reunir, analisar e sintetizar resultados de múltiplos estudos sobre o mesmo tema, permitindo ao pesquisador construir uma visão abrangente e crítica sobre a produção científica existente.

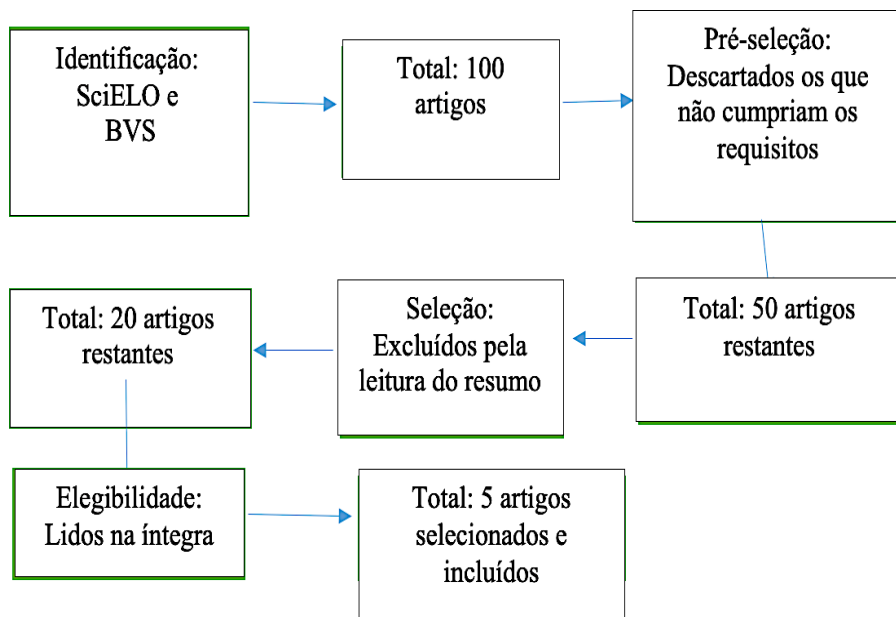
Para a elaboração da questão norteadora de pesquisa, utilizou-se a estratégia PICO (P- paciente/problema, I- intervenção, C- comparação e O- desfecho). Surgiu assim a seguinte questão norteadora: Como a enfermagem contribui para o atendimento e tratamento de pacientes com transtornos de ansiedade em ambientes clínicos?

Para a realização deste estudo foi feita uma coleta de artigos científicos. O levantamento dos artigos científicos foi realizado a partir de pesquisa eletrônica e sítios com acesso público tais como nas bases de dados virtuais: SciELO Brasil (Scientific Eletronic Library Online), BVS (Biblioteca virtual em saúde) entre outras.

Foram incluídos somente artigos científicos que envolvam a temática, a partir de 2005 a 2025. Constituiu também como critério os artigos estarem disponíveis completos na internet e no idioma português, inglês e espanhol.

Foram excluídos os artigos sem formato científico, fora do intervalo de pesquisa e não disponíveis completos gratuitamente.

Figura 1: Tratamento de dados



Fonte: Adaptado do fluxograma PRISMA, 2025.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados reforça a relevância da atuação do enfermeiro no manejo dos transtornos de ansiedade, destacando que o cuidado de enfermagem vai além da assistência técnica, envolvendo dimensões emocionais, educativas e sociais do paciente. A enfermagem, nesse contexto, desempenha papel essencial desde a identificação precoce dos sintomas até o acompanhamento contínuo e humanizado do indivíduo em sofrimento psíquico.

Quadro 1 – Sinais e sintomas da ansiedade e assistência de enfermagem identificados na literatura

| Autor/Ano | Objetivo do estudo | Sinais e sintomas descritos | Intervenções/assistência de enfermagem | Principais conclusões |
|--------------------------------|---|--|---|---|
| OMS, 2017 | Apresentar dados globais sobre prevalência da ansiedade | Medo, tensão emocional, maior prevalência em mulheres, impacto funcional | Ações de saúde pública, rastreio e acompanhamento | Transtornos de ansiedade altamente prevalentes e demandam atenção dos serviços de saúde |
| Andrade et al., 2019 | Analisar prevalência de transtornos de ansiedade | Medo, tensão emocional, insônia e taquicardia | Deteção precoce, escuta ativa, encaminhamento adequado | Ansiedade é altamente prevalente e exige atuação da enfermagem |
| Oliveira; Marques; Silva, 2020 | Identificar práticas de enfermagem em saúde mental | Ansiedade generalizada, agitação, sudorese e medo | Técnicas de relaxamento, respiração, apoio familiar, orientação medicamentosa | Cuidado humanizado e multidimensional, melhora a adesão ao tratamento |
| Silva; Santos; Almeida, 2021 | Analisar o papel do acolhimento como | Medo, insegurança, tensão emocional, | Prática de escuta ativa e empática, criação de | O acolhimento é uma ferramenta essencial |

| | | | | |
|----------------------|--|--|---|--|
| | prática essencial de enfermagem no cuidado em saúde mental | dificuldade de comunicação e resistência ao tratamento | ambiente seguro e acolhedor, valorização das necessidades e sentimentos do paciente | da enfermagem na saúde mental, pois promove o vínculo terapêutico, favorece a adesão ao tratamento e reduz a ansiedade |
| Carrara et al., 2015 | Avaliar papel terapêutico ao enfermeiro em saúde mental | Estresse, isolamento social e baixa autoestima | Acolhimento, incentivo ao autocuidado, apoio interpessoal | Formação contínua e postura terapêutica do enfermeiro são essenciais |

Fonte: Dados da pesquisa (2025)

De acordo com Andrade et al. (2019), a ansiedade é um transtorno de alta prevalência e representa um desafio crescente para os serviços de saúde, especialmente no Brasil, país que apresenta índices significativos de transtornos ansiosos. Esse cenário evidencia a importância de capacitar os profissionais de enfermagem para reconhecerem precocemente os sinais, como tensão, insônia, taquicardia e irritabilidade, e oferecerem suporte adequado que contribua para o controle dos sintomas e para a melhoria da qualidade de vida.

Oliveira, Marques e Silva (2020) reforçam que o enfermeiro, ao utilizar estratégias terapêuticas como técnicas de relaxamento, respiração guiada, escuta ativa e incentivo à participação familiar, promove a redução dos níveis de ansiedade e fortalece o vínculo terapêutico. O cuidado humanizado, centrado na singularidade de cada paciente, constitui-se em um dos pilares da prática de enfermagem em saúde mental, pois cria um ambiente acolhedor e de confiança, essencial para o tratamento.

8427

Carrara et al. (2015) destacam o papel terapêutico do enfermeiro, que deve atuar como mediador das relações interpessoais e agente de promoção da autoestima e do autocuidado. Essa postura terapêutica requer uma formação profissional contínua e voltada para a escuta empática e para a valorização da subjetividade do paciente. Assim, o enfermeiro não apenas executa intervenções clínicas, mas também exerce influência significativa na reconstrução emocional e social do indivíduo.

Os resultados desta revisão também apontam a importância da atuação multiprofissional no cuidado à saúde mental. Conforme orienta a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017), o enfrentamento dos transtornos de ansiedade demanda estratégias integradas entre diferentes profissionais, em especial a enfermagem, que mantém contato direto e contínuo com o paciente. O trabalho em equipe possibilita uma abordagem mais ampla, que contempla o uso racional de medicamentos, o acompanhamento psicológico e a promoção de estilos de vida saudáveis. Nesse contexto, evidencia-se que a qualificação profissional é um fator determinante para a eficácia da assistência de enfermagem. Profissionais devidamente preparados conseguem identificar gatilhos, orientar o paciente sobre os efeitos das medicações, aplicar intervenções

não farmacológicas e desenvolver planos de cuidado individualizados. Essa formação continuada fortalece a autonomia do enfermeiro e aprimora sua capacidade de tomar decisões baseadas em evidências científicas. (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

O acolhimento é uma das práticas mais significativas na atuação da enfermagem, especialmente no cuidado em saúde mental. Ele envolve escuta ativa, empatia e valorização das necessidades do paciente, criando um ambiente seguro e de confiança. No contexto dos transtornos de ansiedade, o acolhimento possibilita que o indivíduo expresse seus medos e sentimentos sem julgamento, fortalecendo o vínculo terapêutico e favorecendo a adesão ao tratamento. A enfermagem, ao adotar o acolhimento como princípio norteador do cuidado, contribui para a humanização da assistência e para a construção de um cuidado integral, pautado no respeito, na ética e na promoção do bem-estar emocional do paciente. (Silva; Santos; Almeida, 2021).

Por fim, os achados desta pesquisa demonstram que a enfermagem possui papel decisivo na promoção da saúde mental, ao unir o conhecimento técnico à sensibilidade humana. O cuidado ético e empático contribui para o enfrentamento dos transtornos de ansiedade e para a consolidação de uma assistência integral, que respeita a individualidade, promove o bem-estar e fortalece o protagonismo do paciente em seu processo de recuperação.

4. CONCLUSÃO

A partir da análise da literatura selecionada, foi possível compreender que o papel da enfermagem é fundamental no manejo dos transtornos de ansiedade em ambientes clínicos, tanto na identificação precoce quanto no acompanhamento terapêutico e acolhimento dos pacientes.

Os estudos evidenciaram que o profissional de enfermagem atua diretamente no reconhecimento dos sinais e sintomas da ansiedade, aplicando intervenções que envolvem escuta qualificada, orientação quanto ao tratamento medicamentoso, promoção de ambientes acolhedores, utilização de técnicas de relaxamento e estímulo à participação da família no processo terapêutico. Essas práticas mostraram-se eficazes para a redução dos níveis de ansiedade e promovem uma melhora na qualidade de vida dos pacientes.

Outro aspecto relevante encontrado foi a valorização de um cuidado humanizado, que respeita as individualidades do paciente e fortalece o vínculo terapêutico, favorecendo a adesão ao tratamento. A literatura também apontou que a formação e capacitação continuada dos

profissionais de enfermagem são fatores decisivos para a qualidade da assistência, uma vez que quanto maior a qualificação da equipe, melhores são os resultados obtidos na saúde mental.

Por fim, observou-se que a atuação da enfermagem não se limita ao cuidado direto, mas se estende à educação em saúde e à articulação com a equipe multidisciplinar, contribuindo para um cuidado integral e resolutivo.

REFERÊNCIA

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

ANDRADE, L. H. et al. **Prevalência de transtornos de ansiedade: estudo epidemiológico nacional**. Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 41, n. 5, p. 389-397, 2019.

CARRARA, G. L. et al. **O papel terapêutico do enfermeiro na saúde mental: uma abordagem humanizada do cuidado**. Revista de Enfermagem da UFSM, v. 5, n. 3, p. 456-465, 2015.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem**. Texto & Contexto Enfermagem, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

OLIVEIRA, R. S.; MARQUES, F. J.; SILVA, L. A. **Práticas de enfermagem na saúde mental: estratégias terapêuticas e humanização do cuidado**. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 73, n. 2, p. 1-8, 2020.

8429

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. Genebra: World Health Organization, 2017.

SILVA, J. F.; SANTOS, P. R.; ALMEIDA, C. C. **O acolhimento como prática de cuidado na enfermagem: contribuições para a humanização da assistência**. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 74, n. 2, p. e20200821, 2021.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. **The integrative review: updated methodology**. Journal of Advanced Nursing, v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005.