

# ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM NA ABORDAGEM A PACIENTES COM TRANSTORNOS DE ANSIEDADE NA ATENÇÃO BÁSICA: UMA REVISÃO DA LITERATURA

## NURSING ROLE IN THE APPROACH TO PATIENTS WITH ANXIETY DISORDERS IN PRIMARY CARE: A LITERATURE REVIEW

Afonso Henrique Santos Lima\*

Daieny Karla Alves Silva\*\*

### RESUMO

Este estudo revisa a atuação da enfermagem na atenção básica no manejo de pacientes com transtornos de ansiedade, condições altamente prevalentes que têm um impacto significativo na saúde pública, afetando a qualidade de vida, o funcionamento social e a capacidade de trabalho dos indivíduos. A análise foca na atuação dos Enfermeiros quanto aos cuidados com os pacientes, considerando o contexto da atenção básica, que é uma porta de entrada fundamental para o sistema de saúde. Trata-se de uma revisão de literatura de estudos publicados entre 2018 e 2024, os artigos selecionados nas bases PubMed, SciELO e BVS indicam que os enfermeiros desempenham um papel essencial, iniciando com o acolhimento dos pacientes, passando pela identificação de sintomas, intervenções terapêuticas e culminando no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, como técnicas de relaxamento e promoção da adesão ao tratamento. No entanto, os resultados também revelam que a atuação da enfermagem é prejudicada pela falta de recursos especializados e pela escassez de capacitação específica em saúde mental, o que limita a eficácia do manejo dos transtornos de ansiedade. A falta de treinamento e a alta demanda por atendimentos também são apontadas como barreiras para um cuidado integral. Diante desses desafios, o estudo conclui que é imprescindível fortalecer as políticas de capacitação da enfermagem, garantir o treinamento adequado em saúde mental e promover uma abordagem interdisciplinar entre os profissionais de saúde para melhorar a qualidade do atendimento na atenção básica.

**Palavras-chave:** ansiedade; atenção básica; enfermagem.

\*Rede de ensino Doctum – unidade Serra – E-mail: [Afonso.lima@outlook.com](mailto:Afonso.lima@outlook.com) - Graduando em Enfermagem

\*\*Rede de ensino Doctum – unidade Serra – E-mail: [daieny.silva@doctum.edu.br](mailto:daieny.silva@doctum.edu.br) - Docente e Orientanda

## ABSTRACT

This study reviews the role of primary care nursing in the management of patients with anxiety disorders, highly prevalent conditions that have a significant impact on public health, affecting the quality of life, social functioning and work capacity of individuals. The analysis focuses on the role of nurses in caring for patients, considering the context of primary care, which is a fundamental gateway to the health system. This is a literature review of studies published between 2018 and 2024. The articles selected from the PubMed, SciELO and VHL databases indicate that nurses play an essential role, starting with welcoming patients, going through the identification of symptoms, therapeutic interventions and culminating in the development of coping strategies, such as relaxation techniques and promoting adherence to treatment. However, the results also reveal that nursing work is hampered by the lack of specialized resources and the scarcity of specific training in mental health, which limits the effectiveness of the management of anxiety disorders. The lack of training and the high demand for care are also pointed out as barriers to comprehensive care. Given these challenges, the study concludes that it is essential to strengthen nursing training policies, ensure adequate training in mental health and promote an interdisciplinary approach among health professionals in order to improve the quality of care in primary care.

**Keywords:** anxiety; primary care; nursing.

## 1. INTRODUÇÃO

A atuação da enfermagem na atenção básica ocupa um papel essencial no cuidado e manejo de pacientes com transtornos de ansiedade, uma condição de alta prevalência e impacto significativo na qualidade de vida, no funcionamento social e na produtividade dos indivíduos. Transtornos de ansiedade, como transtorno de ansiedade generalizada (TAG), transtorno do pânico, transtorno de ansiedade social e diversas fobias específicas, são caracterizados por um estado de preocupação persistente, que frequentemente desencadeia sintomas físicos e psicológicos debilitantes. Estudos indicam que esses transtornos têm se tornado um dos principais desafios de saúde pública, demandando estratégias integradas e multidisciplinares

para oferecer suporte adequado à população (Baldwin et al., 2024; Huneke et al., 2023).

Na atenção básica, que constitui a principal porta de entrada para o sistema de saúde, a assistência em saúde mental torna-se um ponto estratégico, abrangendo desde ações de prevenção até intervenções de manejo e encaminhamento para serviços especializados, quando necessário. Nesse contexto, a enfermagem assume um papel central, realizando ações como a escuta qualificada, o acolhimento e o suporte terapêutico, essenciais para a criação de um ambiente de confiança que facilite a comunicação aberta e a adesão ao tratamento. O enfermeiro tem a capacidade de identificar precocemente sintomas de ansiedade e fornecer orientações que contribuem para o autocuidado e para o manejo dos sintomas, especialmente em casos leves e moderados (Tanaka; Ribeiro, 2009).

Adicionalmente, a atenção básica oferece uma oportunidade única para intervenções precoces e preventivas, com impacto potencial para reduzir a carga de transtornos de ansiedade. O enfermeiro, ao estabelecer um vínculo com os pacientes, tem a possibilidade de atuar na identificação de fatores de risco e de promover práticas de autocuidado que ajudem a prevenir o desenvolvimento de sintomas mais graves (Baldwin et al., 2024).

Além disso, o profissional de enfermagem na atenção básica tem a função de realizar o acompanhamento longitudinal dos pacientes com transtornos de ansiedade, promovendo ações educativas que incentivam o entendimento sobre a condição e o desenvolvimento de estratégias para lidar com as crises. Este acompanhamento contínuo facilita a monitorização do progresso do paciente e possibilita ajustes nas estratégias de cuidado, conforme necessário. A enfermagem também desempenha um papel relevante na promoção da saúde mental, sensibilizando a comunidade e reduzindo o estigma em torno dos transtornos de ansiedade, promovendo uma abordagem mais humanizada e inclusiva (Traba et al., 2024).

No entanto, o trabalho dos enfermeiros em saúde mental na atenção básica enfrenta diversos desafios, incluindo a alta demanda por atendimento e a escassez de recursos especializados. A falta de uma infraestrutura adequada para atender a complexidade dos casos de saúde mental na atenção primária é um obstáculo significativo, visto que os pacientes frequentemente apresentam comorbidades, como

depressão, abuso de substâncias e doenças crônicas, que agravam o quadro e exigem uma abordagem integrada. A ausência de uma rede de suporte ampla e de mecanismos para o encaminhamento ágil para serviços especializados limita as possibilidades de cuidado, exigindo dos enfermeiros a adoção de estratégias criativas e adaptativas para contornar essas limitações e oferecer o melhor cuidado possível (Ximenes; Neves, 2018; Oliveira et al., 2020).

Assim, torna-se relevante analisar a contribuição da enfermagem no cuidado aos pacientes com transtornos de ansiedade, compreendendo as práticas, os desafios e as propostas de melhoria para fortalecer a atuação desses profissionais na atenção básica. Diante de um cenário que exige abordagens inovadoras e integradas, a enfermagem se configura como um pilar central para o enfrentamento dos transtornos de ansiedade na atenção básica, assegurando não apenas a assistência imediata, mas também a promoção da saúde mental e a prevenção de complicações a longo prazo.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 Geral**

Analisar a atuação da enfermagem na atenção básica na abordagem aos pacientes que convivem com transtornos de ansiedade.

### **2.2 Específicos**

Identificar os desafios encontrados pelos profissionais de enfermagem na assistência ao paciente com transtorno de ansiedade.

Apresentar as principais intervenções de enfermagem realizadas na atenção básica para o manejo de pacientes com transtornos de ansiedade.

## **3. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **3.1 SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO DA ATENÇÃO BÁSICA**

A integração da saúde mental na Atenção Primária à Saúde (APS) no Brasil está diretamente ligada ao movimento da Reforma Psiquiátrica, que teve início na década de 1970 e visava a desinstitucionalização de pacientes psiquiátricos, propondo um modelo de cuidado centrado na inclusão social e no suporte comunitário. Esse movimento culminou na promulgação da Lei 10.216/2001, que redirecionou o modelo assistencial e garantiu os direitos das pessoas com transtornos mentais. A partir dessa lei, a saúde mental passou a ser parte integral da APS, com o objetivo de proporcionar um cuidado próximo ao território de vida dos usuários, articulando ações de saúde física e mental e promovendo o vínculo com a comunidade, uma proposta que visa a humanização do atendimento e a descentralização dos serviços (Brasil, 2001).

Em 2011, a implementação da Portaria GM/MS nº 3.088 estabeleceu a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), que reforçou o papel da APS como a principal porta de entrada para os serviços de saúde mental. A RAPS não só legitima a atuação da APS no contexto da saúde mental, mas também amplia as responsabilidades das equipes de Saúde da Família, especialmente na identificação precoce de sofrimento psíquico, acolhimento de pacientes com transtornos leves e moderados, e no encaminhamento adequado de casos graves para cuidados especializados. Dessa forma, a APS não é apenas um ponto de entrada para os cuidados em saúde mental, mas também atua como base de apoio, favorecendo a continuidade e integralidade do cuidado (Ministério da Saúde, 2011).

A APS, enquanto estratégia de acesso universal e resolutivo, busca oferecer uma abordagem holística do indivíduo, considerando os aspectos biopsicossociais que influenciam sua saúde mental e física. Através da Estratégia de Saúde da Família (ESF), a APS tem o potencial de atuar não apenas no tratamento de transtornos mentais, mas também na promoção de laços sociais e no fortalecimento da rede de apoio do paciente, favorecendo a reabilitação psicossocial. A relação entre saúde mental e APS é fundamental, uma vez que ambas se baseiam em princípios de descentralização e integralidade, oferecendo serviços que vão além da intervenção médica tradicional e englobam também a promoção de saúde mental e bem-estar (Tanaka & Ribeiro, 2009).

Outro aspecto relevante no contexto da APS é a sua atuação como espaço de escuta qualificada. Profissionais de enfermagem e outros integrantes da ESF são treinados para realizar um acolhimento humanizado e sem julgamentos, fundamental para criar um ambiente de confiança onde os usuários se sintam seguros para compartilhar seus sofrimentos. Essas práticas fortalecem o vínculo entre a equipe de saúde e a comunidade, promovendo um atendimento mais próximo das necessidades dos indivíduos. A APS, portanto, não apenas detecta queixas de sofrimento psíquico, mas também desenvolve estratégias para enfrentar essas questões, seja por meio de ações de suporte e aconselhamento direto, seja pelo encaminhamento para serviços especializados, quando necessário (Sousa, Costa & Jorge, 2019).

As intervenções em saúde mental na APS ocorrem através de encontros regulares com os usuários, onde são desenvolvidas ferramentas e técnicas de cuidado que promovem a corresponsabilidade entre profissionais de saúde e pacientes. Isso inclui o planejamento conjunto entre equipes de Saúde da Família e especialistas de saúde mental, realizando reuniões de caso, supervisões e atendimentos compartilhados, garantindo que o cuidado seja multiprofissional e integrador. Profissionais de saúde mental participam ativamente nas atividades das equipes da ESF, oferecendo capacitações e suporte técnico, o que fortalece a capacidade da APS de lidar com demandas de saúde mental com maior resolutividade e menos dependência dos serviços especializados (Gonçalves Júnior, Tobias & Teixeira, 2019).

Embora se conformem com diferentes demandas na atenção à saúde da população, a APS e a Atenção Psicossocial partem dos mesmos princípios e das mesmas finalidades: a oferta de serviços voltados à saúde física, e também a promoção e a recuperação da saúde mental na assistência a indivíduos com transtornos mentais. Cabe, então, ao profissional estar preparado para atender cada indivíduo a partir de suas individualidades e de suas dimensões biopsicossociais (Sousa; Costa; Jorge, 2019).

### **3.2 TRANSTORNOS DE ANSIEDADE**

Os transtornos de ansiedade formam um grupo abrangente de condições psicológicas caracterizadas por sentimentos intensos e persistentes de apreensão,

medo e preocupação, que frequentemente afetam a vida diária dos indivíduos (Baldwin et al., 2024). Essas condições incluem diferentes manifestações específicas, cada uma com características próprias e impactos variados na funcionalidade e qualidade de vida. Entre os principais tipos de transtornos de ansiedade, destaca-se o transtorno do pânico, que é caracterizado por ataques de pânico recorrentes e inesperados. Os episódios são marcados por períodos de intenso medo e desconforto, acompanhados de sintomas físicos, como palpitações, sudorese e sensação de falta de ar, o que frequentemente leva ao medo de novos episódios e à evitação de situações cotidianas (Huneke et al., 2023).

Outro tipo importante é o transtorno de ansiedade generalizada (TAG), caracterizado pela preocupação persistente e excessiva com diversas áreas da vida, como trabalho, saúde e relacionamentos familiares (Piccoli et al., 2024). Esse tipo de ansiedade é difícil de controlar e interfere nas atividades diárias, causando sintomas físicos como tensão muscular, fadiga e irritabilidade, e costuma ter uma natureza crônica, exigindo intervenções a longo prazo para alívio dos sintomas (Piccoli et al., 2024). O transtorno de ansiedade social, por sua vez, envolve um medo intenso e constante de situações sociais ou de desempenho, nas quais o indivíduo teme ser avaliado negativamente. Isso leva à evitação de eventos sociais e interações, prejudicando as relações interpessoais e profissionais (Baldwin et al., 2024).

Além desses, as fobias específicas são caracterizadas por medos marcantes de objetos ou situações específicos, como altura, espaços fechados, aranhas ou agulhas. Embora o medo seja desproporcional ao perigo real, ele pode levar a grande desconforto e à evitação de determinadas situações. Apesar de relacionadas a estímulos específicos, as fobias são altamente prevalentes e, dependendo da frequência de exposição ao estímulo temido, podem comprometer significativamente a funcionalidade da pessoa. Outro transtorno relevante é o transtorno de ansiedade de separação, que se caracteriza por um medo excessivo e impróprio da separação das figuras de apego, especialmente em crianças, mas que também pode ocorrer em adultos. Essa ansiedade gera uma preocupação com a segurança e o bem-estar das figuras de apego, resultando em sintomas como pesadelos, queixas físicas e comportamentos de dependência (Baldwin et al., 2024; Huneke et al., 2023).

Esses transtornos de ansiedade representam as condições mentais mais comuns globalmente, com uma prevalência de aproximadamente 10-14% nos últimos doze meses (Baldwin et al., 2024; Piccoli et al., 2024). Estudos epidemiológicos mostram que a prevalência desses transtornos pode variar conforme fatores demográficos e culturais, mas, em geral, impactam significativamente a qualidade de vida, causando sofrimento psicológico e comprometendo as atividades cotidianas (Piccoli et al., 2024). A ansiedade crônica tem efeitos debilitantes, como dificuldade de concentração, insônia, fadiga e impacto nas interações sociais, além de estar associada a outras condições médicas e psiquiátricas, como depressão e doenças cardiovasculares.

Para o tratamento desses transtornos, existem diferentes opções terapêuticas, incluindo intervenções psicológicas, medicamentosas e abordagens inovadoras. A terapia cognitivo-comportamental (TCC) é amplamente reconhecida como uma das mais eficazes para vários transtornos de ansiedade. Esse tipo de terapia busca reestruturar padrões de pensamento e comportamento que alimentam a ansiedade, ajudando o paciente a gerenciar e reduzir os sintomas de maneira prática e estruturada (Shah, 2024). Além da TCC, medicamentos como antidepressivos e ansiolíticos são frequentemente prescritos para o manejo dos sintomas. Os antidepressivos, especialmente os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), são considerados seguros e eficazes para uso prolongado, enquanto os ansiolíticos, como os benzodiazepínicos, são indicados para alívio rápido em crises agudas, mas devem ser usados com cautela devido ao risco de dependência (Piccoli et al., 2024).

Apesar de sua alta prevalência e impacto na saúde mental, o aumento da conscientização e do diagnóstico dos transtornos de ansiedade também gera um debate sobre a possibilidade de medicalização excessiva. Alguns especialistas argumentam que o crescimento na prescrição de medicamentos e na busca por tratamentos pode obscurecer a importância de desenvolver estratégias de enfrentamento e resiliência para lidar com a ansiedade (Shah, 2024).

### **3.3 ATRIBUIÇÕES E COMPETÊNCIAS DA ENFERMAGEM NA SAÚDE MENTAL**



As atribuições e competências dos enfermeiros na saúde mental são fundamentais para garantir cuidados de qualidade e alinhados às necessidades dos pacientes, sobretudo em um cenário de crescente complexidade nos serviços de saúde mental. Esses profissionais devem demonstrar competência técnica e habilidades interpessoais que vão além do atendimento clínico tradicional, assumindo papéis que englobam desde a avaliação psicossocial até o suporte emocional e a educação para a saúde. As competências essenciais envolvem três dimensões principais: o conhecimento especializado, as habilidades clínicas e a postura profissional, todas fundamentais para a prática segura e eficaz (Stigter-Outshoven et al., 2023; Moyo et al., 2022).

O conhecimento aprofundado da psicopatologia é essencial para que o enfermeiro compreenda as nuances dos diferentes transtornos mentais, desde transtornos de ansiedade e depressão até condições mais complexas, como esquizofrenia e transtorno bipolar (Stigter-Outshoven et al., 2023). Este conhecimento permite que o enfermeiro identifique sintomas, compreenda o curso da doença e avalie os fatores de risco associados, capacitando-o a atuar de forma preventiva e a realizar intervenções adequadas. Além disso, o enfermeiro deve estar familiarizado com as regulamentações legais que permeiam o atendimento em saúde mental, incluindo os direitos dos pacientes, questões de confidencialidade e diretrizes para internações involuntárias. Esses aspectos legais são cruciais, pois asseguram que o cuidado oferecido seja ético e respeite a autonomia dos pacientes (Stigter-Outshoven et al., 2023; Moyo et al., 2022).

A postura profissional do enfermeiro em saúde mental é outro aspecto fundamental para o sucesso do atendimento. É necessário que o enfermeiro adote uma abordagem empática e sem julgamentos, valorizando a dignidade e o respeito ao paciente. Essa postura confiante e acolhedora facilita a construção de uma relação terapêutica sólida, que é especialmente importante em contextos de saúde mental, onde os pacientes frequentemente enfrentam estigmas e preconceitos (Stigter-Outshoven et al., 2023). A atitude do enfermeiro, portanto, deve refletir uma postura de apoio, incentivando o paciente a participar ativamente dos grupos terapêuticos e a compartilhar suas experiências, o que contribui significativamente para a adesão ao tratamento e a melhoria da qualidade de vida.

Além dessas competências, a prática do enfermeiro em saúde mental é influenciada por fatores como a autoeficácia e a educação continuada. A autoeficácia, ou seja, a confiança do enfermeiro em sua própria capacidade de desempenhar suas funções, impacta diretamente a qualidade do cuidado prestado. Enfermeiros que se sentem competentes e confiantes são mais propensos a enfrentar desafios e a buscar soluções eficazes, o que beneficia o paciente e o ambiente de trabalho. A educação continuada, por sua vez, é essencial para que os profissionais estejam sempre atualizados em relação às melhores práticas, novas abordagens terapêuticas e descobertas científicas na área da saúde mental. Este tipo de treinamento constante é vital para a adaptação às mudanças e para a promoção de cuidados baseados em evidências, garantindo que o enfermeiro esteja apto a oferecer o melhor atendimento possível (Jo e Kwon, 2023; Putkuri et al., 2021).

Embora as competências descritas sejam críticas para o atendimento em saúde mental, há uma lacuna notável entre as expectativas dos usuários do serviço e as percepções dos profissionais de saúde em relação a essas competências. Pesquisas apontam que os pacientes frequentemente percebem deficiências nas práticas dos profissionais, o que pode ser resultado tanto de falhas na formação quanto de limitações estruturais dos serviços de saúde mental (Moyo et al., 2022). Essa desconexão indica a necessidade de ajustes nos currículos de formação e de investimento em políticas que valorizem e aprimorem o desenvolvimento profissional dos enfermeiros de saúde mental, com o objetivo de melhor alinhar o treinamento e a prática às necessidades reais dos pacientes.

## **4. METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão de literatura que foi conduzida com o objetivo de analisar a atuação da enfermagem na atenção básica na abordagem aos pacientes que convivem com transtornos de ansiedade. A metodologia incluiu as seguintes etapas:

### **4.1 Definição da pergunta de pesquisa**

A pergunta norteadora foi cuidadosamente formulada para direcionar a seleção dos artigos e estabelecer o foco principal da revisão: “Como a enfermagem atua na atenção básica no manejo de pacientes com transtornos de ansiedade?” Essa questão orientou todo o processo de busca e análise, garantindo que os estudos selecionados abordassem de forma direta as práticas de enfermagem na atenção básica, especialmente no que diz respeito à identificação, acolhimento e tratamento dos transtornos de ansiedade.

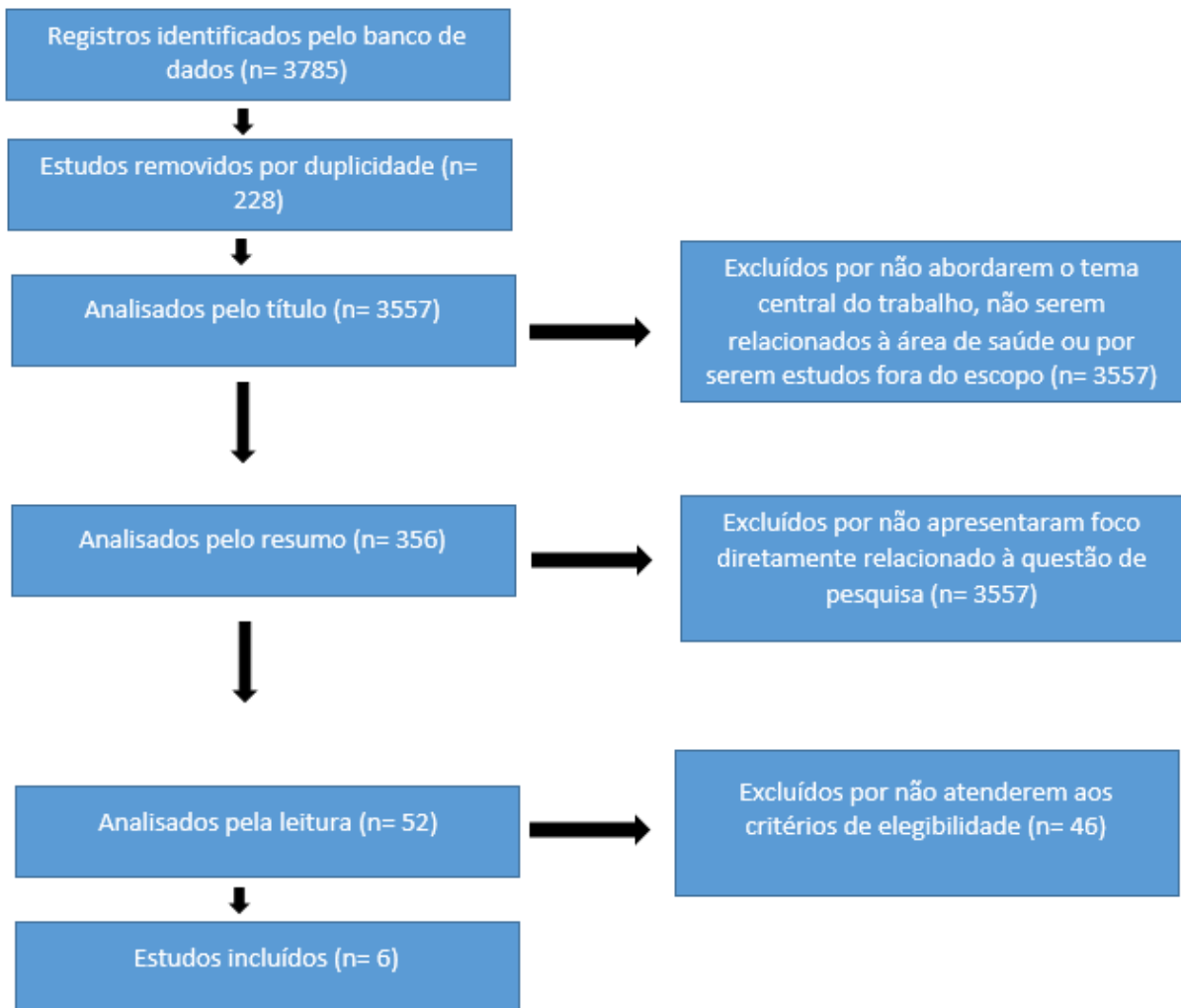
#### **4.2 Critérios de inclusão e exclusão**

Foram incluídos estudos publicados em português e inglês, entre os anos de 2018 a 2024 que abordassem diretamente a atuação da enfermagem em atenção básica no cuidado a pacientes com transtornos de ansiedade. Foram excluídos artigos que tratassem de outras especialidades da saúde, que focassem em níveis secundários ou terciários de atenção, bem como estudos que não abordassem diretamente intervenções de enfermagem ou práticas específicas na atenção básica.

A busca foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO e BVS. Utilizaram-se descritores e palavras-chave como “enfermagem”, “atenção básica”, “transtornos de ansiedade” e “saúde mental”, combinados com operadores booleanos (AND) para refinar os resultados.

#### **4.3 Seleção dos estudos**

A seleção inicial foi realizada a partir dos títulos e resumos. Os artigos que cumpriram os critérios de inclusão foram lidos na íntegra para avaliar a relevância e a qualidade metodológica, utilizando-se ferramentas como o protocolo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Figura 1).

**Figura 1 – Seleção dos Artigos**

Fonte: PubMed, SciELO e BVS (2024).

#### 4.4 Extração e análise dos dados

Os dados dos artigos selecionados foram extraídos e sistematizados em fichamentos detalhados, os quais incluem informações sobre o ano de publicação, local e tipo de estudo, além das intervenções de enfermagem descritas e seus respectivos desfechos. Esses fichamentos foram organizados de maneira a facilitar a análise comparativa entre os estudos, permitindo identificar padrões nas práticas de enfermagem, como as abordagens terapêuticas utilizadas, a efetividade das intervenções e os resultados alcançados no manejo dos transtornos de ansiedade na atenção básica.

#### 4.5 Síntese dos resultados

Com base nos dados extraídos, foi realizada uma análise descritiva aprofundada, visando identificar e sintetizar os principais achados relacionados às estratégias de enfermagem, aos desafios enfrentados pelos profissionais e aos resultados obtidos no manejo de pacientes com transtornos de ansiedade na atenção básica. A análise focou em mapear as intervenções mais comuns e suas respectivas abordagens terapêuticas, bem como os obstáculos frequentemente encontrados, como a escassez de recursos especializados e a necessidade de maior capacitação dos profissionais.

### 5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir, serão apresentados os resultados de uma análise dos estudos selecionados, organizados no Quadro 1, que resume as principais intervenções realizadas pela enfermagem no manejo dos transtornos de ansiedade na atenção básica. Este quadro destaca as abordagens adotadas pelos profissionais, incluindo as práticas de acolhimento, as estratégias terapêuticas mais eficazes, bem como os desafios enfrentados, como a escassez de recursos e a falta de capacitação especializada.

A partir dessa síntese, será possível compreender como as equipes de enfermagem têm contribuído para o cuidado dos pacientes com transtornos de ansiedade, as dificuldades que encontram em sua prática cotidiana e as oportunidades para aprimorar o atendimento na atenção básica.

**Quadro 1** – Principais achados na literatura.

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Principais Resultados</b>
<b>Carolina De Oliveira Traba, L. Oliveira, Sousa Rodrigues, M. Silva / 2024</b>	Atuação da enfermagem na promoção da saúde mental de	Investigar a atuação da enfermagem na promoção da saúde	Revisão sistemática	Enfatiza o papel da enfermagem na educação e apoio a adolescentes com

	adolescentes com transtorno de ansiedade	mental de adolescentes com transtorno de ansiedade		transtornos de ansiedade, promovendo intervenções que ajudam no manejo dos sintomas e fortalecem a resiliência emocional dos jovens.
<b>Karolayne Mirely Andrade de Oliveira, Tamara Cotrim Marques, Carla Doralice Alves da Silva / 2020</b>	Cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade	Apresentar os principais cuidados de enfermagem no paciente com TA.	Revisão sistemática	Aborda os cuidados de enfermagem focados no atendimento de pacientes com transtorno de ansiedade, destacando a necessidade de estratégias de apoio emocional e a criação de um ambiente de acolhimento na atenção básica.
<b>Robyn L. Shepardson, Mark R. Minnick, Jennifer S. Funderburk / 2020</b>	Anxiety interventions delivered in primary care behavioral health routine clinical practice	Identificar as intervenções realizadas no tratamento da ansiedade na prática da PCBH	Estudo Transversal	Examina as intervenções para ansiedade realizadas na prática clínica de saúde comportamental na atenção primária, identificando a eficácia de abordagens de curto prazo e o uso de terapias de relaxamento e de apoio psicológico imediato.
<b>Cristiane Rodrigues Ximenes, Georgia Martins Baeta Neves / 2018</b>	Transtornos de ansiedade: importância da avaliação psicológica no	Contribuir para um melhor esclarecimento da utilidade dos instrumentos de avaliação	Revisão sistemática	Destaca a importância da avaliação psicológica para o diagnóstico preciso e o tratamento eficaz de transtornos de

	diagnóstico e tratamento	psicológica como ferramenta de apoio na emissão de diagnóstico e indicação mais adequada de tratamento para pacientes identificados com transtornos de ansiedade		ansiedade, apontando que a identificação precoce dos sintomas melhora os desfechos terapêuticos.
<b>André Pessoa Silva de Bastos, José Guilherme de Oliveira Rodrigues Ferreira, Hendrix Marçal Carvalho Val, Eunice José de Sant'Ana / 2024</b>	Transtorno de ansiedade pós-COVID-19: Uma revisão de literatura	Relacionar, através de uma revisão integrativa de literatura, a ocorrência de casos de transtorno do pânico desencadeado ou intensificado pela infecção pelo SARS-CoV-2 entre os anos de 2020 e 2022	Revisão Integrativa	Apresenta uma revisão sobre o aumento dos transtornos de ansiedade pós-COVID-19, identificando fatores como isolamento social e incertezas econômicas que contribuem para os sintomas e destacando a necessidade de suporte psicológico.
<b>P. Ramos, Roberta Valverde Barbosa, Gabrielle Francisca Silva, Roberta Vasconcelos Leite / 2023</b>	Transtornos de ansiedade na Atenção Primária à Saúde: um panorama das publicações científicas a partir da revisão integrativa	Analisar os principais temas sobre TA na APS abordados em periódicos científicos	Revisão Integrativa	Realiza uma revisão integrativa sobre a prevalência e os desafios dos transtornos de ansiedade na atenção primária, destacando a necessidade de recursos adicionais para o diagnóstico e a intervenção precoce na saúde mental.

Fonte: o autor (2024).

A crescente prevalência dos transtornos de ansiedade na atenção básica, como destacado por Bastos et al. (2024), não apenas reflete um impacto desproporcional da pandemia de COVID-19 na saúde mental de adultos jovens, mas também reforça a necessidade de estratégias que vão além das práticas tradicionais de cuidado. Esse ponto é aprofundado por Ramos et al. (2023), que alertam para a continuidade e a complexidade dessa demanda, sugerindo que ela exige uma reestruturação dos serviços de saúde para garantir sustentabilidade no atendimento. Ambos os autores indicam que a atenção básica está em um momento crítico, demandando respostas mais robustas e integradas.

Nesse sentido, Traba et al. (2024) e Shepardson et al. (2020) contribuem com visões complementares sobre o papel central da enfermagem no enfrentamento dessa questão. Traba et al. apontam que a prática da enfermagem deve ir além do suporte emocional e educativo, promovendo um atendimento centrado no paciente, o que é essencial para uma abordagem verdadeiramente personalizada. Shepardson et al., no entanto, ampliam essa perspectiva ao argumentar que a personalização do cuidado precisa ser embasada em intervenções concretas, como técnicas de relaxamento e planos de cuidado individualizados, que oferecem aos pacientes ferramentas práticas para o enfrentamento dos sintomas de ansiedade.

Contudo, Ximenes e Neves (2018) e Oliveira et al. (2020) trazem à tona uma dimensão crítica: a complexidade dos casos de ansiedade, particularmente entre mulheres com comorbidades, desafia a capacidade dos profissionais de enfermagem de oferecer um cuidado eficaz e individualizado. Essa visão dialoga com as limitações apontadas por Shepardson et al. (2020), que destacam a escassez de recursos e intervenções baseadas em evidências na atenção básica. Essas lacunas não apenas dificultam a atuação dos enfermeiros, mas também comprometem a abordagem interdisciplinar sugerida como ideal para lidar com a crescente prevalência dos transtornos de ansiedade.

Dessa forma, os autores convergem em torno da necessidade de um cuidado integrado, onde a enfermagem desempenha um papel de liderança, mas que só pode atingir seu potencial máximo se apoiada por uma equipe interdisciplinar e estratégias baseadas em evidências. Para enfrentar de forma eficaz a ansiedade no contexto da atenção básica, é imprescindível que profissionais e gestores de saúde articulem



esforços para superar as barreiras estruturais e garantir um atendimento mais abrangente e coordenado.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão realizada evidencia o papel essencial da enfermagem na atenção básica para o cuidado de pacientes com transtornos de ansiedade. Ao atuar desde o acolhimento inicial até o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento, o enfermeiro contribui significativamente para a redução dos sintomas e a promoção de uma melhor qualidade de vida. As intervenções, que incluem planos personalizados de cuidado, técnicas de relaxamento e apoio terapêutico, são ferramentas valiosas para ajudar os pacientes a manejar o estresse e desenvolver resiliência emocional.

Contudo, a falta de recursos específicos e de capacitação contínua representam desafios significativos para que os enfermeiros possam atuar de forma mais abrangente e eficaz. A complexidade dos transtornos de ansiedade exige conhecimentos especializados e um suporte institucional que muitas vezes não estão disponíveis na atenção básica.

Diante disso, o fortalecimento das políticas de capacitação e apoio à prática da enfermagem torna-se fundamental. É necessário investir em formação específica e em recursos materiais e humanos para que esses profissionais disponham das habilidades e ferramentas necessárias para lidar com a complexidade dos transtornos de ansiedade, promovendo um cuidado integral e humanizado na atenção básica. Esse avanço não apenas beneficiará os pacientes, mas também contribuirá para a consolidação de uma rede de saúde mental mais eficiente e acessível, alinhada às reais necessidades da população.

## REFERÊNCIAS

AAYUSH, Shah. Anxiety disorders: a comprehensive overview, media influences, and age-related trends. *International Journal of Current Science Research and Review*, [S.l.], v. 7, n. 7, 2024. doi: 10.47191/ijcsrr/v7-i7-53.

BASTOS, André Pessoa Silva de; FERREIRA, José Guilherme de Oliveira Rodrigues; VAL, Hendrix Marçal Carvalho; SANT'ANA, Eunice José de. Transtorno de ansiedade pós-COVID-19: Uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, 2024. doi: 10.33448/rsd-v13i3.42160.

BRASIL. Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas com transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 9 abr. 2001. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2001/l10216.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2001/l10216.htm). Acesso em: 6 nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria GM/MS nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011. Estabelece a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) e define a organização dos serviços de saúde mental no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 26 dez. 2011. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/portaria-gm-ms-n-3.088-de-23-de-dezembro-de-2011-3090101>. Acesso em: 6 nov. 2024.

CAROLINA, De; OLIVEIRA, Traba; L., Oliveira; SOUSA, Rodrigues; M., Silva. Atuação da enfermagem na promoção da saúde mental de adolescentes com transtorno de ansiedade. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, 2024. doi: 10.61164/rmnm.v6i1.2559.

DAVID, S.; BALDWIN, Bethan; IMPEY, Vasilios G.; MASDRAKIS, 2. Anxiety disorders. 2024. doi: 10.1017/9781911623861.014.

GONÇALVES JUNIOR, Mauri; TOBIAS, Gabriela Camargo; TEIXEIRA, Cristiane Chagas. Saúde mental na atenção primária à saúde. **Revista Atenção à Saúde**, São Caetano do Sul, v. 17, n. 60, p. 101-116, 2019.

JO, MI-Ae; KWON, Jin-Hee. Influence of psychiatric health nurses' mental health nursing competence and self-efficacy on nursing performance. **Journal of the Korea Academia Industrial Cooperation Society**, [S.l.], 2023. doi: 10.5762/kais.2023.24.12.742.

MOYO, Nompilo; JONES, Martin W.; GRAY, Richard. What are the core competencies of a mental health nurse? A concept mapping study involving five

stakeholder groups. **International Journal of Mental Health Nursing**, [S.l.], 2022. doi: 10.1111/inm.13003.

NATHAN, T. M.; HUNEKE, Bethan; IMPEY, David S.; BALDWIN. Anxiety disorders. 2023. doi: 10.1017/9781911623137.059.

OLIVEIRA, Karolayne Mirely Andrade de; MARQUES, Tamara Cotrim; SILVA, Carla Doralice Alves da. Cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade. 2020.

PICCOLI, Eleonora; VANZETTO, S.; CEROLINI, Lucia; CONTI, Diego; CELEBRE, Laura; DELL'OSSO, Bernardo. **Anxiety disorders**. 2024. doi: 10.1017/9781009067287.019.

PUTKURI, Tiina; SALMINEN, Leena; AXELIN, Anna; LAHTI, Mari. Good interaction skills are not enough – competency in mental health issues in child health clinics and school health services. **Scandinavian Journal of Caring Sciences**, [S.l.], 2021. doi: 10.1111/SCS.12956.

RAMOS, P.; BARBOSA, Roberta Valverde; SILVA, Gabrielle Francisca; LEITE, Roberta Vasconcelos. Transtornos de ansiedade na Atenção Primária à Saúde: um panorama das publicações científicas a partir da revisão integrativa. **Brazilian Medical Students**, 2023. doi: 10.53843/bms.v8i12.414.

SHEIKHBAHAEDDINZADEH, Effat; ASHTORAB, Tahereh; SADAT, Akram; SADAT-HOSSEINI. Clinical competence of psychiatric nurse: a concept analysis in Rodgers' evolutionary method. **Journal of Psychiatric Nursing**, [S.l.], 2020.

SHEPARDSON, Robyn L.; MINNICK, Mark R.; FUNDERBURK, Jennifer S. Anxiety interventions delivered in primary care behavioral health routine clinical practice. **Families, Systems, & Health**, 2020. doi: 10.1037/FSH0000493.

SOUSA, Suianne Braga de; COSTA, Lourdes Suelen Pontes; JORGE, Maria Salete Bessa. Cuidado em saúde mental no contexto da atenção primária: contribuições da enfermagem. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 43, n. 1, p. 151-164, 2019.

STIGTER-OUTSHOVEN, Carina; VAN DE GLIND, G.; WIEBERDINK, Leendert Jan; VAN ZELM, Ruben; BRAAM, Arjan W. Competencies emergency and mental health nurses need in triage in acute mental health care: a narrative review. **Journal of Emergency Nursing**, [S.l.], 2023. doi: 10.1016/j.jen.2023.08.005.

TANAKA, Oswaldo Yoshimi; RIBEIRO, Edith Lauridsen. Ações de saúde mental na atenção básica: caminho para ampliação da integralidade da atenção. **Ciência, Saúde Coletiva**, v. 14, n. 2, p. 477-486, 2009.

XIMENES, Cristiane Rodrigues; NEVES, Georgia Martins Baeta. Transtornos de ansiedade: importância da avaliação psicológica no diagnóstico e tratamento. 2018.