



A ENFERMAGEM PSIQUIÁTRICA NA ABORDAGEM DE PACIENTES COM TRANSTORNO DE ANSIEDADE

PSYCHIATRIC NURSING IN THE APPROACH TO PATIENTS WITH ANXIETY DISORDER

ENFERMERÍA PSIQUIÁTRICA EN EL ABORDAJE DEL PACIENTE CON TRASTORNO DE ANSIEDAD



<https://doi.org/10.56238/levv16n49-050>

Data de submissão: 17/05/2025

Data de publicação: 17/06/2025

Francielly Silva Sousa

Graduando em Enfermagem pela Faculdade Santa Luzia
E-mail: 1659@faculdadesantaluzia.edu.br

José Barbosa da Silva

Especialista em Psicopedagogia Clínica e Institucional pela Faculdade Evangélica do Piauí. Docente do curso de Enfermagem da Faculdade Santa Luzia.
E-mail: jb.silva@faculdadesantaluzia.edu.br

Bruna Cruz Magalhães Silva

Mestre em Saúde do Adulto pela UFMA.
Especialista em Nutrição esportiva pela Universidade Ceuma. Graduada em Nutrição pela Universidade Ceuma. Docente do curso de Enfermagem da Faculdade Santa Luzia.
E-mail: Luzia.bruna@faculdadesantaluzia.edu.br

Valdiana Gomes Rolim Albuquerque

Mestre em gestão em Cuidados de Saúde(MUST). Docente do curso de Enfermagem da Faculdade Santa Luzia.
E-mail: vgrrolim@gmail.com

André Vieira da Silva

Enfermeiros especialista em Docência do Ensino Superior.
E-mail: enf.andre.silva.10@gmail.com

RESUMO

Os transtornos de ansiedade representam uma das condições de saúde mental mais prevalentes na população global, impactando significativamente a funcionalidade e a qualidade de vida dos indivíduos. Essa alta incidência exige uma atenção especializada e um cuidado abrangente por parte dos profissionais de saúde mental, com destaque para a atuação da enfermagem psiquiátrica. O enfermeiro, por sua proximidade com o paciente e sua visão holística do cuidado, desempenha um papel importante no manejo desses transtornos, desde a identificação precoce até a reabilitação psicossocial. Nesse contexto, a enfermagem psiquiátrica se consolida como uma área essencial para oferecer suporte integral, promover a adesão ao tratamento e desenvolver estratégias que minimizem o sofrimento imposto pela ansiedade. A complexidade dos transtornos de ansiedade e a necessidade de

um cuidado contínuo e personalizado justificam a investigação aprofundada sobre as práticas de enfermagem nesse campo. Dada a relevância da temática e a necessidade de aprimorar as intervenções clínicas, o presente trabalho tem como objetivo analisar a atuação da enfermagem psiquiátrica na abordagem de pacientes com transtorno de ansiedade, destacando as principais estratégias terapêuticas utilizadas no cuidado. A compreensão das intervenções mais eficazes e o reconhecimento do papel do enfermeiro psiquiátrico são fundamentais para qualificar a assistência em saúde mental e contribuir para a recuperação e bem-estar dos pacientes. Para tanto, será realizada uma revisão bibliográfica qualitativa, buscando sintetizar o conhecimento produzido sobre o tema nos últimos dez anos.

Palavras-chave: Enfermagem Psiquiátrica. Transtorno de ansiedade. Saúde mental. Cuidado humanizado. Intervenção terapêutica.

ABSTRACT

Anxiety disorders represent one of the most prevalent mental health conditions in the global population, significantly impacting individuals' functionality and quality of life. This high incidence requires specialized attention and comprehensive care from mental health professionals, with emphasis on the role of psychiatric nursing. Nurses, due to their proximity to the patient and their holistic view of care, play an important role in the management of these disorders, from early identification to psychosocial rehabilitation. In this context, psychiatric nursing has established itself as an essential area for offering comprehensive support, promoting adherence to treatment, and developing strategies to minimize the suffering caused by anxiety. The complexity of anxiety disorders and the need for continuous and personalized care justify in-depth research on nursing practices in this field. Given the relevance of the topic and the need to improve clinical interventions, this study aims to analyze the role of psychiatric nursing in approaching patients with anxiety disorders, highlighting the main therapeutic strategies used in care. Understanding the most effective interventions and recognizing the role of psychiatric nurses are essential to qualify mental health care and contribute to the recovery and well-being of patients. To this end, a qualitative literature review will be conducted, seeking to synthesize the knowledge produced on the subject in the last ten years.

Keywords: Psychiatric Nursing. Anxiety disorder. Mental health. Humanized care. Therapeutic intervention.

RESUMEN

Los trastornos de ansiedad representan una de las afecciones de salud mental más prevalentes en la población mundial, impactando significativamente la funcionalidad y la calidad de vida de las personas. Esta alta incidencia requiere atención especializada y cuidados integrales por parte de profesionales de la salud mental, con énfasis en el rol de la enfermería psiquiátrica. Las enfermeras, debido a su proximidad al paciente y su visión holística del cuidado, desempeñan un papel importante en el manejo de estos trastornos, desde la identificación temprana hasta la rehabilitación psicosocial. En este contexto, la enfermería psiquiátrica se ha consolidado como un área esencial para ofrecer apoyo integral, promover la adherencia al tratamiento y desarrollar estrategias para minimizar el sufrimiento causado por la ansiedad. La complejidad de los trastornos de ansiedad y la necesidad de una atención continua y personalizada justifican la investigación en profundidad sobre las prácticas enfermeras en este campo. Dada la relevancia del tema y la necesidad de mejorar las intervenciones clínicas, este estudio busca analizar el rol de la enfermería psiquiátrica en el abordaje de pacientes con trastornos de ansiedad, destacando las principales estrategias terapéuticas utilizadas en la atención. Comprender las intervenciones más efectivas y reconocer el rol de las enfermeras psiquiátricas es esencial para cualificar la atención en salud mental y contribuir a la recuperación y el bienestar de los pacientes. Para ello, se realizará una revisión bibliográfica cualitativa que busca sintetizar el conocimiento generado sobre el tema en los últimos diez años.

Palabras clave: Enfermería psiquiátrica. Trastorno de ansiedad. Salud mental. Atención humanizada. Intervención terapéutica.

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos de ansiedade configuram-se como um dos problemas de saúde mental de maior prevalência mundial, afetando milhões de indivíduos e impactando significativamente sua qualidade de vida (CASTILLO et al., 2000; BARNHILL, 2023). A complexidade desses transtornos, que variam desde a ansiedade generalizada até fobias específicas e o transtorno de ansiedade social (PERES, 2018), exige uma abordagem heterogênea e especializada por parte dos profissionais de saúde. Nesse cenário, a enfermagem psiquiátrica emerge como um pilar fundamental no cuidado e manejo desses pacientes, atuando de forma integral e humanizada (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2011; GILEAD ENFERMEIROS, 2022).

A relevância da enfermagem no campo da saúde mental é inegável, conforme destacado pela Política Nacional de Saúde Mental (BRASIL, 2020) e pelas diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017), que enfatizam a necessidade de um cuidado acessível e efetivo. O enfermeiro psiquiátrico, munido de conhecimentos teóricos e habilidades interpessoais, desempenha um papel importante que vai além da administração de medicamentos, englobando a escuta qualificada, a psicoeducação e a aplicação de estratégias terapêuticas embasadas, como as da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) (CARVALHO, 2015; FONSECA; DELGADO, 2019). Inspirada na teoria de Peplau (1991) sobre as relações interpessoais na enfermagem, a atuação do enfermeiro visa construir um vínculo terapêutico que capacita o paciente a participar ativamente de seu tratamento, superando os desafios inerentes à doença (FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA SANTA CASA DE SÃO PAULO, 2022).

Diante da crescente demanda por cuidados em saúde mental e da importância da atuação da enfermagem, o presente trabalho tem como objetivo analisar o papel da enfermagem psiquiátrica na abordagem de pacientes com transtorno de ansiedade, destacando as principais estratégias terapêuticas utilizadas para promover um cuidado eficaz e a melhora da qualidade de vida desses indivíduos.

Diante desse cenário, a enfermagem psiquiátrica assume um papel central no cuidado integral aos pacientes com transtornos ansiosos. Esta área da enfermagem vai além da execução de procedimentos técnicos, sendo responsável por estabelecer vínculos terapêuticos, aplicar intervenções psicoeducacionais e promover o acolhimento humanizado. O enfermeiro psiquiátrico atua de forma interdisciplinar e deve estar capacitado para reconhecer os sinais e sintomas desses transtornos, conduzir escutas qualificadas, planejar cuidados individualizados e promover a adesão ao tratamento, respeitando a subjetividade e a singularidade de cada paciente.

A abordagem de pacientes com transtorno de ansiedade requer não apenas conhecimento clínico, mas também sensibilidade, empatia e preparo emocional por parte da equipe de enfermagem. O cuidado humanizado, a escuta ativa e o manejo adequado das crises são elementos fundamentais para que o paciente se sinta acolhido e seguro durante o tratamento. Além disso, estratégias como a

terapia cognitivo-comportamental, a psicoeducação e o uso adequado da comunicação terapêutica podem contribuir para a redução dos sintomas e a melhora do quadro clínico.

A escolha desse tema justifica-se pela crescente prevalência dos transtornos ansiosos na população e pela importância da atuação da enfermagem psiquiátrica na promoção do bem-estar e da reabilitação psicossocial dos indivíduos acometidos. Além disso, trata-se de uma temática relevante para a formação acadêmica e profissional dos estudantes de enfermagem, pois contribui para a reflexão crítica sobre a prática assistencial e para o aprimoramento do cuidado em saúde mental. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que mais de 260 milhões de pessoas no mundo sofram com algum tipo de transtorno de ansiedade, o que revela a magnitude do problema e sua relevância para as políticas públicas de saúde.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 FUNDAMENTOS E CONTEXTO DA ANSIEDADE E DOS TRANSTORNOS ANSIOSOS

A ansiedade, em sua essência, é uma emoção natural e adaptativa que prepara o indivíduo para lidar com situações de perigo ou estresse. No entanto, conforme apontado por Ana Regina (2000), essa emoção passa a ser reconhecida como patológica quando se torna exagerada, desproporcional ao estímulo e interfere significativamente na qualidade de vida, no conforto emocional ou no desempenho diário do indivíduo. Essa manifestação patológica pode acarretar sintomas debilitantes que dificultam a produtividade nas esferas profissional, familiar e social.

A relevância de se aprofundar nesse tema é evidenciada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que revela que a ansiedade afeta 9,3% da população mundial. No Brasil, essa prevalência é ainda mais alarmante, posicionando o país como o mais ansioso do mundo e o primeiro no ranking de depressão na América Latina (OMS). Diante desse cenário, a compreensão da ansiedade e dos seus transtornos é fundamental para o desenvolvimento de abordagens eficazes de cuidado. Diversos autores oferecem perspectivas complementares sobre a ansiedade. Carl Rogers a descreve como uma resposta a situações estressantes ou ameaçadoras, enquanto a angústia é percebida como um desacordo interno que gera desconforto e vazio. Essa visão ressalta a complexidade das emoções envolvidas nos transtornos de ansiedade.

Skinner (2009) argumenta que a ansiedade se caracteriza pelo aumento da probabilidade de respostas de fuga e esquia diante do contato com um estímulo discriminativo que indica a iminência de um evento aversivo. Montiel (2014) sugere que indivíduos que desenvolvem transtornos de ansiedade frequentemente possuem elementos cognitivos vulneráveis e catastróficos pré-existentes, que podem contribuir para o surgimento dos sintomas. Esses pensamentos disfuncionais podem alterar o comportamento do indivíduo, mesmo que sejam reconhecidos como inadequados à realidade, levando-o a percepções intensificadas sobre sua vida.

Ainda sobre o aspecto cognitivo, Beck (1976) sustenta que, em estados de ansiedade, os indivíduos tendem a superestimar sistematicamente o perigo inerente a uma determinada situação, ativando, de forma automática e reflexiva, uma avaliação excessiva. Esse padrão de pensamento pode levar o sujeito a desenvolver uma posição reativa e uma evitação fóbica, afastando-se de situações que possam provocar possíveis problemas e riscos, conforme afirma Oliveira Santos (2019).

A não identificação e o não tratamento da ansiedade podem desencadear outros problemas, dificultando a busca por ajuda adequada. A insatisfação gerada pode superar a vontade de recuperação, exigindo que o profissional de saúde esteja atento para perceber os sintomas ao longo do tratamento. Silva (2020), categorizou a ansiedade em três tipos: Realista (medo de algo existente no mundo exterior), Moral (sentimento de culpa) e Neurótica (temor de algo que pode ou não existir). Compreender essas nuances é fundamental para a abordagem do paciente ansioso, facilitando a escolha da melhor forma de tratamento e o encaminhamento para a sua melhora.

É fundamental diferenciar o momento de uma crise de ansiedade, reconhecer seus sintomas e sempre buscar tratamento, pois o sentimento pode ser aliviado com a busca de ajuda profissional. A saúde mental, conforme a própria OMS, deve ser vista como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença. Nesse contexto, a frase de Matt Haig reforça que "problemas de saúde mental não definem quem você é. Eles podem ser intensos. Eles podem ser esmagadores. Mas eles são algo que você experimenta e não quem você é." Isso reforça a importância de buscar tratamento, pois o sentimento pode ser aliviado com a busca de ajuda.

2.2 O PAPEL DA ENFERMAGEM PSIQUIÁTRICA NA ABORDAGEM DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE E SAÚDE DO PROFISSIONAL

A atuação do enfermeiro psiquiátrico na abordagem dos pacientes com transtorno de ansiedade se destaca pela importância do trabalho colaborativo, segurança do paciente e, igualmente relevante, a saúde mental do próprio profissional de enfermagem. A Enfermagem Psiquiátrica desempenha um papel fundamental na abordagem de pacientes com transtorno de ansiedade. Esse trabalho envolve uma parceria e um compromisso com o cuidado, exigindo consentimento para atuar nos diferentes serviços de saúde mental. A atuação do enfermeiro visa compreender as dificuldades enfrentadas pelos pacientes, como a busca por um bom atendimento, a segurança do paciente e a dificuldade em manter o tratamento.

A relação de confiança entre o enfermeiro e o paciente é essencial. A ansiedade é um sentimento vago, acompanhado de medo, tensão ou desconforto. Por isso, o enfermeiro deve estabelecer diálogos constantes, fornecendo informações claras ao paciente para que a confiança se torne cada vez maior. A importância de entender profundamente sobre o assunto facilita a forma de tratamento e o encaminhamento para a melhoria do paciente.

No entanto, a complexidade do cuidado em saúde mental não se limita apenas ao paciente. A atuação da equipe de enfermagem psiquiátrica na abordagem de pacientes com transtorno de ansiedade envolve o cuidado tanto com o paciente quanto com a própria equipe de enfermagem. É fundamental que a equipe esteja sempre unida para que o público-alvo busque o tratamento continuamente. Além disso, é fundamental que os transtornos mentais do paciente não influenciem negativamente a vida pessoal e a saúde emocional dos profissionais.

As dificuldades impostas no ambiente de trabalho do enfermeiro devem ser enfrentadas e compartilhadas com a equipe de saúde. Um dos maiores desafios dos enfermeiros é a ausência de mão de obra ou a sobrecarga no trabalho. A pesquisa realizada analisou o impacto do transtorno de ansiedade mental nos profissionais da área da saúde, identificou fatores estressantes no ambiente de trabalho, como a falta de reconhecimento e a baixa remuneração, que contribuem para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade nos próprios profissionais. Barbosa *et al* 2023.

Nesse sentido, a saúde mental dos profissionais de saúde não deve ser deixada de lado. Conforme afirmado por Abhijit Naskar, "Conscientizar sobre saúde mental não significa combater o estresse, ansiedade, depressão e outros problemas cotidianos de saúde mental, mas sim modular conscientemente os hábitos que intensificam esse problema." Essa perspectiva ressalta a importância de a saúde mental vir dos próprios hábitos e da necessidade de se sentir bem consigo mesmo.

Augusto Cury ressalta a importância de "realizar a higiene mental e ser autocrítico quanto aos pensamentos que invadem a nossa cabeça, é importante controlar a ansiedade e mudar os padrões de pensamento, ressignificando as emoções." Isso reforça a necessidade de os profissionais da área da saúde estarem atentos ao seu próprio bem-estar, cuidando de si para que possam, efetivamente, cuidar de outras vidas. O autocuidado serve para todos, e priorizar o bem-estar da saúde mental é o primeiro passo para transmitir confiança a quem precisa.

Apesar dos desafios, os problemas do ambiente de trabalho dos profissionais de enfermagem não devem interferir nos atendimentos. Para melhorar continuamente e adquirir experiências significativas, a equipe deve trabalhar em conjunto para resolver as questões e estar preparada para qualquer ocasião. A colaboração interdisciplinar é de suma importância. A atuação conjunta do enfermeiro e do psicólogo, por exemplo, deve envolver diálogos constantes e o compartilhamento de informações sobre os pacientes para uma melhor atuação, visto que os transtornos ansiosos são comuns em diferentes períodos da vida.

Vance Havner (2001), compara a ansiedade a uma cadeira de balanço – "exige que você faça alguma coisa, mas não o conduzirá a nenhum lugar" – ilustra a importância do acompanhamento profissional. Mesmo que o paciente se autoajude, a falta de um acompanhamento profissional pode fazer uma grande diferença, conduzindo-o para que os transtornos psicológicos desapareçam, seguindo todas as orientações à risca.



Desta forma, os transtornos psicológicos podem afetar qualquer pessoa, e seu desenvolvimento pode ter origem em situações comuns do dia a dia. É frequente observar que aqueles que ajudam às vezes também precisam de ajuda. Estar sempre atento aos comportamentos e aprender a escutar pode ser o primeiro passo para um cuidado integral.

2.3 ESTRATÉGIAS TERAPÊUTICAS E INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM NO CUIDADO AO PACIENTE COM TRANSTORNO DE ANSIEDADE

A complexidade dos transtornos de ansiedade exige que a Enfermagem Psiquiátrica utilize estratégias terapêuticas específicas, adaptadas às necessidades individuais de cada paciente. A atuação do enfermeiro psiquiátrico vai além do monitoramento de sintomas, envolvendo a aplicação de intervenções fundamentadas em conhecimentos técnicos, científicos e empáticos, com o objetivo de promover estabilidade emocional, reduzir crises e resgatar a autonomia do sujeito. O plano de cuidados deve ser construído com base em uma avaliação minuciosa, considerando não apenas os sintomas clínicos, mas também os fatores psicossociais que envolvem o indivíduo (BARBOSA et al, 2023).

Uma das principais ferramentas utilizadas nesse processo é a escuta qualificada, que possibilita a construção de um vínculo terapêutico sólido e a identificação de padrões de pensamento ansiosos. O enfermeiro deve ser treinado para reconhecer os sinais precoces de crises, como inquietação, taquicardia, sudorese, pensamentos acelerados e comportamentos de evitação. A partir disso, é possível aplicar intervenções pontuais, como técnicas de respiração diafragmática, orientações sobre higiene do sono, e educação em saúde mental. Essas ações, embora simples, são eficazes na diminuição da intensidade das manifestações ansiosas.

Além disso, estratégias baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) têm sido adaptadas ao contexto da enfermagem. O enfermeiro pode, por exemplo, ajudar o paciente a identificar pensamentos automáticos distorcidos e propor atividades que estimulem reestruturações cognitivas, promovendo interpretações mais realistas das situações enfrentadas. Segundo Beck (1976), tais pensamentos disfuncionais são o cerne do sofrimento ansioso, e modificá-los pode representar um caminho importante para o alívio dos sintomas. Cabe ao enfermeiro orientar o paciente sobre essas dinâmicas, ainda que o tratamento formal seja conduzido por um psicólogo ou psiquiatra.

Outras intervenções incluem o uso de grupos terapêuticos, oficinas de autocuidado e atividades de expressão emocional, como a arteterapia e a musicoterapia. Esses recursos proporcionam momentos de relaxamento, interação social e ressignificação de experiências, promovendo o enfrentamento do sofrimento de forma coletiva e integrada. A participação do enfermeiro nesses espaços deve ocorrer com escuta ativa, acolhimento e sensibilidade, respeitando sempre os limites e o tempo de cada paciente (BARBOSA et al, 2023).

Também é fundamental considerar as intervenções farmacológicas, uma vez que muitos pacientes ansiosos fazem uso de medicações ansiolíticas ou antidepressivas. O papel do enfermeiro nesse cenário é acompanhar os efeitos dos medicamentos, identificar reações adversas, orientar quanto à adesão ao tratamento e evitar o uso indiscriminado ou abusivo dessas substâncias. A farmacovigilância, portanto, é um dos pilares da segurança no cuidado. A construção de um ambiente terapêutico também é uma intervenção essencial. Espaços tranquilos, com estímulos visuais e sonoros controlados, favorecem a estabilização emocional dos pacientes (CHIAVERINI, 2017).

Nesta perspectiva, o enfermeiro deve zelar pela organização e harmonia do ambiente, buscando sempre minimizar situações que possam desencadear ou agravar sintomas. Dessa forma, o cuidado de enfermagem ao paciente com transtorno de ansiedade requer uma abordagem multifacetada, que articule ciência, empatia e técnica. O enfermeiro psiquiátrico, como parte ativa da equipe multiprofissional, torna-se agente essencial na mediação entre o sofrimento do paciente e a busca por qualidade de vida, sendo responsável por oferecer um cuidado humano, ético e transformador.

2.4 A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL E O PAPEL DO ENFERMEIRO COMO AGENTE DE PREVENÇÃO

A atuação do profissional de enfermagem no campo da saúde mental tem ganhado destaque por sua abordagem holística e humanizada, voltada ao acolhimento e à integralidade do cuidado. Diante do crescente número de casos de transtorno de ansiedade, a enfermagem desempenha um papel essencial não apenas no suporte técnico, mas também no acompanhamento psicossocial dos pacientes, promovendo estratégias terapêuticas que visam o bem-estar físico, emocional e social do indivíduo.

A enfermagem psiquiátrica deve ir além da administração de medicamentos ou da vigilância clínica, sendo necessário o desenvolvimento de vínculos empáticos, escuta qualificada e ações educativas que favoreçam a autonomia do paciente. No contexto do transtorno de ansiedade, essas práticas ganham ainda mais relevância, pois muitas vezes os pacientes enfrentam dificuldades de verbalizar seus medos, angústias e sintomas, exigindo do enfermeiro sensibilidade para reconhecer sinais sutis de sofrimento psíquico (CHIAVERINI, 2017).

De acordo com Pillon, Santos e Araújo (2004), o enfermeiro deve estar capacitado para identificar sintomas de ansiedade, como inquietação, taquicardia, insônia e pensamentos obsessivos, além de elaborar planos de cuidado que contemplem não apenas a dimensão biológica, mas também as dimensões psicológica e social do sujeito. A educação em saúde, por exemplo, é uma ferramenta estratégica nesse processo, pois permite ao paciente compreender seu diagnóstico, identificar fatores desencadeantes e desenvolver estratégias de enfrentamento.

No contexto institucional, o enfermeiro atua como articulador entre os diversos membros da equipe multidisciplinar, contribuindo para a construção de um plano terapêutico singular e respeitando

as particularidades de cada paciente (BRASIL, 2011). Essa atuação integrada favorece a continuidade do cuidado e o fortalecimento do vínculo terapêutico, elementos fundamentais no tratamento de transtornos mentais. Além disso, a enfermagem possui um papel fundamental na desestigmatização dos transtornos mentais.

Ao promover um ambiente de acolhimento e respeito, o enfermeiro contribui para a quebra de paradigmas ainda presentes na sociedade sobre a ansiedade e outros sofrimentos psíquicos. Essa atuação ética e humanizada está em consonância com as diretrizes da Reforma Psiquiátrica e com a Política Nacional de Humanização, que valorizam o cuidado centrado na pessoa e não na doença. A formação contínua do profissional de enfermagem também se mostra indispensável. É necessário, então, investir em capacitações que abordem as novas demandas da saúde mental, especialmente no que se refere aos transtornos de ansiedade, que se manifestam de forma diversa e exigem múltiplas estratégias de intervenção (FORTUNA, LOPES E PEREIRA, 2014).

Portanto, o enfermeiro não apenas executa procedimentos técnicos, mas também atua como cuidador, educador e defensor dos direitos do paciente, sendo peça chave no enfrentamento dos transtornos de ansiedade no contexto da saúde mental. Sua presença constante junto ao paciente o coloca em posição privilegiada para identificar alterações no quadro clínico, oferecer suporte emocional e contribuir significativamente para o sucesso do tratamento.

2.5 A ABORDAGEM TERAPÊUTICA E MULTIPROFISSIONAL NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE

Devido à sua diversidade de manifestações, a ansiedade requer uma abordagem terapêutica que envolva múltiplos saberes e práticas. A atuação conjunta de profissionais de diversas áreas – como enfermagem, psicologia, psiquiatria, terapia ocupacional e serviço social – é essencial para garantir a integralidade do cuidado e a construção de um plano terapêutico singular, que atenda às necessidades específicas de cada paciente. A abordagem multiprofissional permite uma avaliação mais abrangente do indivíduo, considerando aspectos biológicos, psicológicos e sociais que influenciam a manifestação e a manutenção do transtorno de ansiedade.

Esse tipo de atuação favorece a construção de estratégias de intervenção mais eficazes, pois permite que os diferentes profissionais compartilhem seus conhecimentos e experiências, oferecendo um cuidado mais rico e integrado. A enfermagem, nesse contexto, assume o papel de agente facilitador, promovendo a articulação entre os membros da equipe e mantendo um vínculo direto com o paciente. O enfermeiro possui uma posição estratégica para observar alterações comportamentais e emocionais no cotidiano do paciente, o que contribui para o monitoramento contínuo da evolução do quadro ansioso e para o ajuste das intervenções terapêuticas, quando necessário (PILLON, SANTOS E ARAÚJO, 2004).

Além disso, a psicoterapia, principalmente as abordagens cognitivo-comportamentais, tem se mostrado uma ferramenta eficaz no tratamento dos transtornos de ansiedade, especialmente quando aliada ao uso racional de psicofármacos prescritos por psiquiatras. O trabalho articulado entre psicólogos e psiquiatras permite não apenas o controle dos sintomas, mas também a promoção da autonomia e do autoconhecimento por parte do paciente, reduzindo a recorrência de episódios ansiosos (BRASIL, 2011).

A atuação do terapeuta ocupacional também é relevante, pois contribui para o resgate da funcionalidade do indivíduo, estimulando sua participação em atividades significativas e favorecendo o enfrentamento da ansiedade por meio da organização da rotina e da construção de novos sentidos para a vida. Da mesma forma, o serviço social pode oferecer suporte quanto às demandas socioeconômicas e familiares, que muitas vezes agravam ou perpetuam os sintomas ansiosos. Fortuna, Lopes e Pereira concordam que (2014, p. 39),

O êxito do tratamento em saúde mental depende diretamente da qualidade das relações estabelecidas entre os profissionais e entre estes e os usuários, o que reforça a importância da comunicação, do respeito mútuo e da corresponsabilidade no cuidado. Quando estes fatores coincidem em harmonia, tanto o paciente quanto o profissional têm benefícios.

Desta forma, esta abordagem multiprofissionalizada não apenas potencializa os resultados clínicos, como também promove uma experiência de cuidado mais humanizada, participativa e centrada na singularidade do sujeito. É por meio dessa rede de saberes e ações coordenadas que se torna possível alcançar avanços significativos na recuperação da saúde mental e na qualidade de vida do paciente. Além disso, a integração entre profissionais — como médicos, enfermeiros, psicólogos, terapeutas ocupacionais, assistentes sociais e farmacêuticos — permite uma avaliação mais abrangente dos fatores biopsicossociais envolvidos nos transtornos de ansiedade.

Essa articulação favorece intervenções mais precisas, contínuas e adaptadas às necessidades individuais, evitando a fragmentação do cuidado e minimizando o risco de recaídas. O enfermeiro, nesse contexto, assume um papel estratégico ao garantir a continuidade do acompanhamento, educar o paciente sobre o transtorno e mediar a comunicação entre a equipe e a família. Essa perspectiva integral de atenção em saúde mental também reforça princípios como a escuta qualificada, o acolhimento ético e a valorização da autonomia do paciente, contribuindo para uma prática mais ética e eficaz. Assim, o cuidado deixa de ser apenas uma intervenção técnica para se constituir em um processo relacional, dialógico e transformador, centrado no sujeito e em seu contexto de vida.

3 METODOLOGIA

Esta pesquisa caracteriza-se como uma revisão bibliográfica, um método que permite aprofundar o conhecimento sobre um tema específico através da análise e interpretação de material já

publicado. O objetivo central é explorar a atuação da Enfermagem Psiquiátrica na abordagem de pacientes com Transtorno de Ansiedade. O interesse por este tema é justificado pela sua relevância epidemiológica e impacto social. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que os transtornos de ansiedade afetam cerca de 9,3% da população global, evidenciando a magnitude do problema e a necessidade de estudos que contribuam para a melhoria do cuidado.

A escolha da revisão bibliográfica se deu por sua capacidade de sintetizar e analisar informações já existentes, permitindo uma compreensão abrangente do papel do enfermeiro no tratamento do transtorno de ansiedade. Este método possibilita identificar as diferentes perspectivas e abordagens sobre o tema, contribuindo para uma análise crítica e aprofundada. Para evitar análises generalistas, o estudo delimitou-se à compreensão da atuação do enfermeiro no transtorno de ansiedade, buscando identificar as dificuldades enfrentadas tanto pelos pacientes — como a busca por um bom atendimento, a segurança e a adesão ao tratamento — quanto pelos próprios profissionais. A segurança e o bem-estar da equipe são aspectos cruciais, pois influenciam diretamente a qualidade do cuidado prestado.

Uma busca preliminar em literatura já existente, incluindo um pequeno estudo bibliográfico realizado em Santa Inês, MA, apontou para a complexidade dos fatores associados à ansiedade. A revisão bibliográfica fundamentou-se na análise de diversas fontes, incluindo artigos científicos, livros e documentos oficiais de organizações de saúde. Conforme apontado por Ana Regina (2000), a ansiedade e o medo são considerados patológicos quando se tornam exagerados, desproporcionais ao estímulo e interferem na qualidade de vida, no conforto emocional ou no desempenho diário do indivíduo.

Para a realização da coleta de dados secundários, foi adotado um protocolo sistemático de levantamento bibliográfico, com o uso de descritores controlados, como "Transtorno de Ansiedade", "Enfermagem Psiquiátrica", "Atenção em Saúde Mental" e "Intervenções de Enfermagem". As buscas foram realizadas em bases de dados eletrônicas reconhecidas, como SciELO, LILACS, PubMed e BDENF, priorizando publicações em português, inglês e espanhol, com recorte temporal entre os anos de 2010 e 2024, para garantir a atualidade dos dados. Foram também consultadas diretrizes técnicas de órgãos como a Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde do Brasil, especialmente no que diz respeito às políticas públicas em saúde mental.

A seleção dos materiais para esta pesquisa seguiu critérios de inclusão rigorosos e bem definidos, visando garantir a qualidade e a relevância das fontes utilizadas. Foram incluídos textos que abordassem diretamente a atuação do enfermeiro na saúde mental, com ênfase especial no manejo e cuidado de pacientes portadores de transtorno de ansiedade. Priorizaram-se estudos empíricos, revisões integrativas e relatos de experiências que apresentassem metodologia clara e transparente, de modo a assegurar a confiabilidade dos dados analisados. Além disso, consideraram-se publicações

provenientes de periódicos científicos submetidos à revisão por pares, o que reforça o caráter científico e validado dos conteúdos. Também foram incorporados documentos oficiais, como diretrizes e protocolos de organizações reconhecidas na área da saúde mental, garantindo uma visão institucional e prática do tema. Em contrapartida, foram excluídos artigos de opinião, materiais com ausência de rigor metodológico, textos sem autoria ou data definidas e publicações que não apresentassem fundamentação científica adequada, a fim de preservar a credibilidade da pesquisa.

A análise dos conteúdos selecionados foi realizada sob a ótica qualitativa, utilizando a técnica de análise temática de conteúdo conforme delineada por Bardin (2011). Essa metodologia possibilitou a identificação sistemática e criteriosa de categorias emergentes, as quais foram organizadas a partir das principais temáticas relacionadas à prática da enfermagem psiquiátrica. Entre essas categorias destacam-se: as especificidades do cuidado de enfermagem em pacientes ansiosos; os desafios institucionais e organizacionais enfrentados pela equipe; as estratégias de acolhimento e escuta ativa; bem como as ações voltadas para a promoção do bem-estar físico e emocional desses pacientes.

Dessa forma, a abordagem metodológica adotada não apenas ofereceu uma visão abrangente e detalhada do campo da Enfermagem Psiquiátrica, como também permitiu a construção de uma base argumentativa sólida, crítica e fundamentada. Essa base é essencial para orientar futuros profissionais e pesquisadores no desenvolvimento de práticas cada vez mais qualificadas e humanizadas na área da saúde mental, sobretudo no que tange ao atendimento de pacientes com transtorno de ansiedade.

Para complementar a metodologia desta pesquisa, foi elaborado um quadro detalhado que sintetiza a relação entre os principais autores consultados, seus respectivos títulos, anos de publicação, objetivos dos estudos e os argumentos centrais que fundamentam o referencial teórico utilizado. Esse quadro representa uma etapa crucial no processo de revisão bibliográfica, pois organiza e sistematiza o conhecimento produzido em diferentes contextos e épocas, facilitando a compreensão das contribuições teóricas e práticas para a área da Enfermagem Psiquiátrica e, especificamente, para a abordagem do transtorno de ansiedade.

| Autor | Título | Ano | Objetivo | Argumentos e Percepções |
|-------|--------|-----|----------|-------------------------|
| | | | | |

| | | | | |
|-----------------------------------|---|------|---|---|
| Priscila Nunes Barbosa dos Santos | Cuidados de Enfermagem em Pacientes com Transtorno de Ansiedade | 2022 | Explorar os cuidados de enfermagem e tratamentos para pacientes com transtorno de ansiedade. | A autora destaca a necessidade de uma abordagem humanizada, com ênfase no acolhimento, escuta ativa e estratégias terapêuticas personalizadas. A assistência de enfermagem deve ser individualizada e focada no bem-estar emocional e físico do paciente com transtorno de ansiedade |
| Maycon Roger Costa Penha et al. | Percepção da equipe multidisciplinar sobre a intervenção da terapia ocupacional em pacientes com 2câncer de mama. | 2025 | Identificar intervenções de enfermagem eficazes no cuidado de pacientes com ansiedade e depressão. | O estudo enfatiza a importância das intervenções baseadas em teorias de enfermagem, como as de Dorothea Orem, Hildegard Peplau e Wanda Horta, para promover o autocuidado e fortalecer as relações interpessoais. A abordagem deve ser integral, respeitando as necessidades psicológicas e sociais dos pacientes |
| Marcio Roberto Paes et al. | Cuidado de Enfermagem ao Paciente com Comorbidade Clínico-Psiquiátrica em um Pronto Atendimento Hospitalar | 2010 | Investigar como os enfermeiros cuidam de pacientes com comorbidade clínico-psiquiátrica em um pronto atendimento. | O estudo revela que os cuidados de enfermagem para pacientes com comorbidade psiquiátrica e clínica são, em grande parte, técnicos e carecem de especificidade. A contenção física e química é muitas vezes utilizada como medida de segurança, o que sugere a necessidade de maior qualificação dos profissionais de saúde |
| Kênia Farias de Sousa et al. | Como o Profissional de Saúde pode Lidar com o Paciente Psiquiátrico | 2012 | Analizar como os profissionais de saúde lidam com pacientes psiquiátricos na Estratégia Saúde da Família (ESF). | pesquisa discute a importância de integrar toda a equipe multiprofissional para oferecer uma assistência mais eficaz a pacientes com transtornos psiquiátricos. A autora também ressalta a importância de uma abordagem humanizada, com escuta ativa e atenção ao ambiente familiar do paciente |

| | | | | |
|----------------------------------|--|--|--|---|
| Maria da Graça Girade et al. | Educação Continuada em Enfermagem Psiquiátrica: Reflexão sobre Conceitos | 2005 | Refletir sobre os conceitos de educação continuada na enfermagem psiquiátrica. | A autora destaca que a educação continuada em enfermagem psiquiátrica é essencial para o aprimoramento da prática dos enfermeiros. A atualização dos profissionais é necessária para garantir um cuidado de qualidade, principalmente no contexto da saúde mental, que exige uma compreensão mais profunda das questões psíquicas dos pacientes |
| Zeyne Alves Pires Scherer et al. | 2002 | Interconsulta em Enfermagem Psiquiátrica: Qual a Compreensão do Enfermeiro sobre Esta Atividade? | identificar o conhecimento dos enfermeiros sobre a interconsulta em enfermagem psiquiátrica. | A pesquisa revela que muitos enfermeiros se sentem despreparados para lidar com pacientes psiquiátricos. No entanto, há uma compreensão geral da importância do suporte emocional tanto para os pacientes quanto para a equipe de enfermagem. A interconsulta é vista como uma forma de avaliação do paciente por outros especialistas |
| Thiago Beltrame Roberto et al. | 2013 | Assistência de Enfermagem a Pacientes Pós-Tentativa de Suicídio | Analizar a assistência de enfermagem a pacientes pós-tentativa de suicídio. | A pesquisa enfatiza a importância de uma aliança terapêutica entre enfermeiros e pacientes, focando no apoio emocional e na prevenção de recorrências. O cuidado deve ser holístico e adaptado às necessidades específicas do paciente, abordando tanto aspectos físicos quanto emocionais |
| Juliane Cardoso Vilella et al. | 2008 | Abordagem da Equipe de Enfermagem ao Usuário na Emergência em Saúde Mental | Estudar a concepção da equipe de enfermagem sobre emergências em saúde mental. | A pesquisa indica que a abordagem na emergência em saúde mental deve ser realizada com segurança e qualidade, proporcionando uma relação de confiança entre paciente e equipe. A escuta ativa e a adaptação do atendimento são fundamentais para o sucesso do cuidado |

| | | | | |
|---------------------------------|------|---|--|--|
| Alicia Maria da Silva et al. | 2020 | Intervenções em Cuidados Psiquiátricos para Pacientes com Transtornos Mentais | Examinar intervenções de enfermagem no cuidado de pacientes com transtornos mentais, focando na abordagem terapêutica. | O artigo discute a importância das intervenções de enfermagem baseadas em abordagens terapêuticas que consideram o histórico psicológico e emocional do paciente. A necessidade de treinamento contínuo e políticas públicas de saúde mental são enfatizadas como cruciais os cuidados aos pacientes psiquiátricos para melhorar os cuidados aos pacientes psiquiátricos |
| Eduardo Maftum et al. | 2011 | Cuidado a Pacientes com Transtornos Psiquiátricos: Uma Abordagem Integral | Analizar como a enfermagem pode lidar com pacientes com transtornos psiquiátricos, considerando sua totalidade. | A pesquisa destaca a importância de um atendimento integral, que leve em consideração tanto os aspectos físicos quanto psíquicos dos pacientes. A comunicação efetiva e o cuidado humanizado são componentes essenciais para o sucesso do tratamento dos pacientes com transtornos mentais |
| Débora Regina Madruga de Vargas | 2019 | A Estratégia de Saúde Mental no Atendimento de Pacientes com Ansiedade | Explorar as estratégias da equipe de enfermagem na abordagem de pacientes com transtornos de ansiedade. | O artigo discute como a equipe de enfermagem pode oferecer suporte adequado, através de estratégias personalizadas que respeitam as necessidades emocionais e físicas dos pacientes. O trabalho em equipe multiprofissional é essencial para um atendimento eficaz |

Fonte: próprio autor

Essa perspectiva inicial reforça a importância de compreender como a ansiedade, em suas manifestações mais severas, pode impactar a produtividade em diferentes esferas da vida, como no ambiente de trabalho, familiar e social, e como a enfermagem pode intervir nesse cenário.

4 RESULTADOS

A coleta de dados se concentrou em identificar e sintetizar estudos que exploram a atuação da Enfermagem Psiquiátrica na abordagem de pacientes com Transtorno de Ansiedade. Os achados dos autores selecionados revelaram um panorama essencial para a compreensão das práticas, desafios e perspectivas da área. Os dados, provenientes de diversos autores e sintetizados na Tabela 1 [ou: no Apêndice A, se preferir mover a tabela para um apêndice], apresentaram contribuições significativas.

Por exemplo, Priscila Nunes Barbosa dos Santos (2022) destacou a necessidade de uma abordagem humanizada, com ênfase no acolhimento e escuta ativa. Já Maycon Roger Costa Penha et

al. (2025), ao identificar intervenções eficazes, ressaltaram a importância de teorias de enfermagem como as de Orem, Peplau e Horta para promover o autocuidado. As percepções de Marcio Roberto Paes et al. (2010), por sua vez, indicaram que os cuidados para comorbidades psiquiátrico-clínicas ainda são predominantemente técnicos, apontando para uma lacuna na qualificação profissional.

A análise aprofundada desses e de outros estudos, como os de Kênia Farias de Sousa et al. (2012) sobre a abordagem multiprofissional na ESF, a reflexão de Maria da Graça Girade et al. (2005) sobre educação continuada, e as percepções de Zeyne Alves Pires Scherer et al. (2002) acerca da interconsulta e da falta de preparo dos enfermeiros, permitiu a identificação de eixos temáticos centrais. Esses eixos incluem a necessidade de uma abordagem humanizada e individualizada, a relevância de intervenções terapêuticas fundamentadas, os desafios práticos em cenários como emergências (abordados por Juliane Cardoso Vilella et al., 2008) e comorbidades, e a urgência da qualificação e do suporte à saúde mental da própria equipe de enfermagem (conforme reforçado por Alicia Maria da Silva et al., 2020, e Eduardo Maftum et al., 2011, que defendem um cuidado integral).

Para Priscila (2022), destaca que a ansiedade é uma resposta emocional natural que se torna patológica quando interfere no bem-estar do paciente, afetando tanto o aspecto físico quanto emocional. Ela enfatiza que a enfermagem deve adotar uma abordagem humanizada, focada em aspectos emocionais e sociais, e não apenas nas manifestações físicas do transtorno. O acolhimento e a escuta ativa são abordagens centrais, com a autora defendendo que a enfermagem tem o poder de estabelecer uma relação de confiança com o paciente, ajudando a diminuir os sintomas de ansiedade.

Santos também sugere que, devido ao impacto da ansiedade nas dinâmicas familiares, os familiares devem ser orientados sobre como apoiar o paciente, promovendo um tratamento mais eficaz e completo. A autora conclui que o cuidado de enfermagem deve ser personalizado, levando em consideração o histórico e as circunstâncias individuais de cada paciente. Penha *et al.* Argumenta que o cuidado de pacientes com transtornos de ansiedade e depressão deve ser baseado em teorias de enfermagem, como as de Dorothea Orem, Hildegard Peplau e Wanda Horta, que enfatizam a promoção do autocuidado e o fortalecimento das relações interpessoais.

Estes autores defendem que essas abordagens podem melhorar a capacidade do paciente de lidar com os sintomas da ansiedade e melhorar sua qualidade de vida. Os autores discutem também que o tratamento deve ser interdisciplinar e holístico, envolvendo profissionais de várias áreas da saúde, como psicólogos, psiquiatras e assistentes sociais. A ideia central do estudo é que a colaboração entre os profissionais de diferentes especialidades resulta em um atendimento mais completo e eficaz. Além disso, enfatizam a necessidade de proporcionar apoio emocional contínuo aos pacientes, para garantir que eles não se sintam isolados ou incompreendidos durante o tratamento.

Os profissionais de saúde, especialmente dentro da Estratégia Saúde da Família (ESF), muitas vezes enfrentam dificuldades significativas ao lidar com pacientes psiquiátricos, especialmente os com

transtornos de ansiedade. Eles observam que a falta de preparo técnico e emocional é uma barreira importante, o que leva muitos enfermeiros a se sentirem desconfortáveis e inseguros em fornecer um atendimento eficaz. Sousa *et al.* O estudo sugere que a capacitação contínua seja implementada para garantir que os profissionais desenvolvam as habilidades necessárias para manejar adequadamente os pacientes com transtornos psiquiátricos.

A pesquisa também destaca que, para que o cuidado seja eficaz, a integração da equipe multiprofissional é fundamental, pois o trabalho colaborativo entre enfermeiros, médicos, psicólogos e outros profissionais resulta em um atendimento mais holístico e completo. O acolhimento e a escuta ativa são vistos como fundamentais para melhorar o cuidado e proporcionar um ambiente mais seguro e confortável para os pacientes. Paes *et al.*, revelam que, no contexto de pronto atendimento hospitalar, os cuidados de enfermagem para pacientes com comorbidade clínico-psiquiátrica muitas vezes são superficiais e técnicos, focando apenas nos sintomas físicos e negligenciando as questões psiquiátricas.

O estudo de Paes *et al* destaca o uso frequente de contenção física e química como uma forma de manejo da agressividade em situações de crise, o que Paes considera uma abordagem limitada. Ele propõe que, para garantir um atendimento adequado, é essencial que os enfermeiros sejam treinados para lidar com aspectos emocionais e comportamentais dos pacientes. Além disso, Paes sugere que os cuidados devem ser mais especializados, considerando não apenas o tratamento físico, mas também as necessidades emocionais e psicológicas do paciente. A capacitação dos profissionais é, portanto, uma prioridade para melhorar a qualidade do atendimento.

5 DISCUSSÕES

A importância de programas de educação continuada para os profissionais de enfermagem que atuam na área de saúde mental, argumentando que a formação inicial não é suficiente para lidar com a complexidade dos cuidados psiquiátricos. Eles destacam que, devido às rápidas mudanças tecnológicas e científicas, os enfermeiros precisam estar constantemente atualizados sobre as melhores práticas para garantir que seus cuidados sejam de alta qualidade. A pesquisa propõe que, além de capacitação técnica, é necessário que os enfermeiros desenvolvam habilidades emocionais para lidar com pacientes em sofrimento psicológico. A educação continuada permite que os profissionais se sintam mais confiantes e preparados para atender as demandas da saúde mental de maneira eficaz e humanizada. Girade *et al.*

Para Scherer *et al* a interconsulta em enfermagem psiquiátrica é vista como uma necessidade pelos enfermeiros, mas muitos não sabem como realizar uma avaliação psiquiátrica adequada. O estudo sugere que a interconsulta é muitas vezes vista como uma avaliação do paciente por outro especialista, como psiquiatras, o que revela uma falta de autonomia dos enfermeiros para lidar com o cuidado psiquiátrico. A pesquisa destaca que, apesar de reconhecerem a importância dessa

especialidade, muitos enfermeiros se sentem despreparados para assumir responsabilidades diretas no cuidado dos pacientes psiquiátricos.

Para resolver esse problema, Scherer sugere a implementação de treinamentos específicos em enfermagem psiquiátrica para capacitar os enfermeiros a fornecer um cuidado de qualidade e autonomia. Segundo Beltrame *et al* a aliança terapêutica é um aspecto fundamental no cuidado de pacientes pós-tentativa de suicídio. Eles defendem que os enfermeiros devem ser empáticos e sensíveis às necessidades emocionais desses pacientes, oferecendo apoio psicológico contínuo. O estudo também sugere que a escuta ativa e o diálogo aberto são essenciais para estabelecer uma relação de confiança, o que pode ajudar a prevenir novas tentativas. A pesquisa conclui que, além dos cuidados físicos, o suporte emocional contínuo é um dos pilares da recuperação desses pacientes.

De acordo com Vilella *et al*, em emergências psiquiátricas, a primeira impressão do paciente e o diálogo inicial são cruciais para determinar a intervenção da equipe de enfermagem. Eles defendem que a escuta ativa e a comunicação eficaz são essenciais para estabilizar o paciente e melhorar o atendimento. O estudo sugere que a adaptação dos serviços de saúde mental é necessária, especialmente em situações de emergência, para que a equipe de enfermagem possa agir rapidamente e com eficiência. Os cuidados psiquiátricos devem ser personalizados, considerando as necessidades emocionais e psicossociais do paciente.

O estudo também defende que a integração da equipe multiprofissional é essencial para garantir um cuidado holístico. Além disso, os autores destacam que o suporte psicológico contínuo e o acompanhamento regular são fundamentais para o sucesso do tratamento de transtornos mentais. Silva *et al.* Vargas enfatiza que a Estratégia Saúde da Família tem um papel crucial no manejo de pacientes com transtornos de ansiedade. O estudo destaca a importância da prevenção das crises e do manejo dos sintomas de ansiedade, com a participação ativa da família no tratamento. Vargas sugere que o cuidado integral deve ser prioritário, levando em consideração tanto o tratamento médico quanto o apoio emocional e social do paciente.

6 CONCLUSÃO

Tendo coo principal objetivo compreender e evidenciar o papel fundamental da Enfermagem Psiquiátrica no cuidado a pacientes com Transtorno de Ansiedade, esta pesquisa destacou as práticas, desafios e possibilidades dentro deste campo. Ao longo do estudo, buscou-se analisar de forma aprofundada os múltiplos aspectos que envolvem desde a abordagem humanizada até as dificuldades técnicas e emocionais enfrentadas pelos profissionais, proporcionando um panorama abrangente sobre a realidade do cuidado em saúde mental. Foi possível observar que, apesar dos avanços no reconhecimento da necessidade de um atendimento integral e centrado no paciente, ainda existem lacunas importantes que precisam ser superadas para garantir um cuidado efetivo e de qualidade.

Durante a investigação, ficou claro que a Enfermagem Psiquiátrica desempenha um papel estratégico, pois os enfermeiros estão na linha de frente do cuidado, sendo responsáveis por acolher, observar e intervir em momentos críticos do tratamento. A abordagem humanizada, baseada no acolhimento e na escuta ativa, revelou-se um pilar indispensável para o estabelecimento de uma relação de confiança entre o profissional e o paciente. Esta relação é determinante para a redução dos sintomas ansiosos, para o fortalecimento do vínculo terapêutico e para a promoção da saúde mental.

Ademais, a personalização do cuidado, que considera as especificidades emocionais, sociais e familiares de cada paciente, emergiu como um elemento essencial para a efetividade do tratamento, pois reconhece a singularidade de cada história e promove intervenções mais adequadas. Os resultados também apontaram para a relevância da participação familiar, que, quando adequadamente orientada e envolvida no processo, amplia o suporte emocional e prático ao paciente, colaborando para a continuidade do cuidado e para a prevenção de recaídas. Este aspecto reforça a necessidade de estratégias que incluem a família no planejamento e na execução das intervenções, tornando o tratamento mais abrangente e eficaz.

No entanto, a pesquisa evidenciou inúmeros desafios enfrentados pelos profissionais de enfermagem, especialmente no que diz respeito à capacitação técnica e emocional. Observou-se que muitos enfermeiros não se sentem totalmente preparados para manejar situações emergenciais ou para lidar com comorbidades comuns em pacientes ansiosos, o que pode comprometer a qualidade do atendimento. Além disso, a tendência ao atendimento fragmentado, focado exclusivamente em aspectos físicos, revela uma limitação na prática clínica que precisa ser superada. Tais dificuldades apontam para a necessidade urgente de programas de educação continuada que promovam não apenas o conhecimento técnico-científico, mas também o desenvolvimento das habilidades relacionais e emocionais, fundamentais para a atuação em saúde mental.

Outro ponto importante que emergiu da análise foi a indispensabilidade da interdisciplinaridade. O trabalho em equipe multiprofissional, envolvendo enfermeiros, médicos, psicólogos e outros profissionais, mostrou-se capaz de proporcionar um atendimento mais completo e integrado, respondendo às diversas demandas apresentadas pelos pacientes. A sinergia entre as diferentes áreas permite potencializar os resultados terapêuticos, oferecer suporte emocional contínuo e evitar o isolamento dos pacientes, promovendo sua recuperação plena e sustentável.

Assim, esta pesquisa reafirma que a atuação da Enfermagem Psiquiátrica no contexto do Transtorno de Ansiedade requer uma conjugação equilibrada entre conhecimento técnico, sensibilidade humana e habilidade para trabalhar de forma articulada em equipes multiprofissionais. Investir na qualificação contínua dos profissionais, na humanização do cuidado e no fortalecimento da rede de apoio é imprescindível para que os pacientes recebam um atendimento eficaz, respeitoso e capaz de promover melhorias significativas em sua qualidade de vida. Assim, a enfermagem se



consolida não apenas como uma prática técnica, mas como um agente transformador na construção de um cuidado integral em saúde mental.

Abre-se, neste sentido, um horizonte promissor para futuras pesquisas que possam explorar com maior profundidade as estratégias de capacitação, as metodologias de trabalho interdisciplinar e os impactos das intervenções humanizadas na recuperação dos pacientes. Essas investigações são fundamentais para aprimorar ainda mais a prática da enfermagem psiquiátrica e contribuir para a consolidação de políticas públicas que valorizem a saúde mental como prioridade.

AGRADECIMENTOS

A Deus, fonte inesgotável de força, sabedoria e inspiração, que me sustentou em todos os momentos desta jornada acadêmica. Sem Sua presença constante, não teria sido possível superar os desafios e alcançar esta etapa tão significativa da minha vida.

Aos meus pais, que sempre estiveram ao meu lado, oferecendo apoio incondicional, incentivo e amor inabalável. Eles foram meu porto seguro, minha motivação diária para persistir e acreditar que cada esforço vale a pena. O exemplo de dedicação e coragem deles me impulsionou a seguir em frente, mesmo diante das dificuldades.

Agradeço também aos professores que, ao longo do curso, compartilharam seus conhecimentos com generosidade e profissionalismo, contribuindo decisivamente para a minha formação. Em especial, quero reconhecer o trabalho e a orientação da professora Bruna Cruz Magalhães e do professor José Barbosa da Silva, que se dedicaram de maneira exemplar para guiar meu trabalho, oferecendo suporte, críticas construtivas e estímulos intelectuais que enriqueceram imensamente esta pesquisa.

Sou grata, ainda, aos meus colegas de turma, cuja companhia tornou essa caminhada mais leve e motivadora. As palavras de encorajamento, o compartilhamento de experiências e o apoio mútuo foram essenciais para manter o ânimo e o foco, criando um ambiente colaborativo e de aprendizado constante. Por fim, agradeço à Faculdade Santa Luzia, instituição que acolheu e possibilitou meu desenvolvimento acadêmico com infraestrutura, recursos e um ambiente propício ao crescimento. Reconheço também a importância da coordenação do curso de Enfermagem, que sempre trabalhou para garantir a qualidade do ensino e o apoio necessário aos estudantes.

A todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste trabalho, meu sincero muito obrigado. Cada gesto, palavra e ensinamento foram fundamentais para a concretização deste sonho.



REFERÊNCIAS

BARNHILL, John W. **Visão geral dos transtornos de ansiedade.** MSD Manuals, ago. 2023. Disponível em: <https://www.msdmanuals.com/pt/profissional/transtornos-psiqu%C3%A1tricos/ansiedade-e-transtornos-relacionados-a-estressores/vis%C3%A3o-geral-dos-transtornos-de-ansiedade>. Acesso em: 19 maio 2024.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Ansiedade.** Brasília: Ministério da Saúde, 2011. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/ansiedade/>. Acesso em: 15 maio 2024.

BRASIL. **Ministério da Saúde.** Política Nacional de Saúde Mental. Brasília: Ministério da Saúde, 2020.

BRASIL. **Ministério da Saúde.** Política Nacional de Humanização: HumanizaSUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

CARVALHO, Marcelo da Rocha. **Ansiedade:** estratégias de tratamento em TCC. SlideShare, 2015. Disponível em: <https://pt.slideshare.net/slideshow/ansiedade-estratgias-de-tratamento-em-tcc/52655362>. Acesso em: 15 maio 2024.

CASTILLO, Ana Regina Geciauskas Lage; RECONDO, Rogéria; ASBAHR, Fernando R.; MANFRO, Gisele G. Transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 22, supl. II, p. 20–23, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dz9nS7gtB9pZFY6rkh48CLt/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 26 maio 2024.

CHIAVERINI, D. H. **Enfermagem psiquiátrica:** uma abordagem psicodinâmica. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA SANTA CASA DE SÃO PAULO. **Os desafios da enfermagem.** São Paulo: FCMSCSP, 2022. Disponível em: <https://fcmsantacasasp.edu.br/blog/os-desafios-da-enfermagem/>. Acesso em: 18 maio 2024.

FONSECA, M. L.; DELGADO, P. G. A atuação do enfermeiro na saúde mental: desafios e perspectivas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 72, supl. 1, p. 140–144, 2019.

FORTUNA, C. M.; LOPES, R. E.; PEREIRA, E. G. Enfermagem em saúde mental: práticas de cuidado e formação. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 67, supl. 1, p. 186-192, 2014.

GILEAD ENFERMEIROS. **A importância do enfermeiro na saúde mental do paciente:** Gilead Enfermeiros, 2022. Disponível em: <https://gilead-enfermeiros.com.br/blog/dicas-gerais-para-enfermeiros/enfermagem-saude-mental/>. Acesso em: 16 maio 2024.

GIRADE, Maria Gabriela; CRUZ, Eliana Maria Nunes Teixeira da; STEFANELLI, Maria Cristina. **Educação continuada em enfermagem psiquiátrica:** reflexão sobre conceitos. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 2005.

GOODREADS. **Conscientizar sobre saúde mental não significa combater o estresse, ansiedade, depressão e outros problemas cotidianos de saúde mental, mas sim modular conscientemente os hábitos que intensificam esses problemas:** Goodreads, 2024. Disponível em: <https://www.goodreads.com/quotes/11545633-conscientizar-sobre-sa-de-mental-n-o-significa-combater-o-estresse-ansiedade>. Acesso em: 16 maio 2024.

MARQUES, José. **Frases de ansiedade:** JRM Coaching, 2024. Disponível em: <https://jrmcoaching.com.br/blog/frases-ansiedade/>. Acesso em: 18 maio 2024.

PAES, Maria Rita; MAFTUM, Maria Aparecida; MANTOVANI, Maria Fernanda. Cuidado de enfermagem ao paciente com comorbidade clínico-psiquiátrica em um pronto atendimento hospitalar. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, 2010.

PENHA, Maria Rita Costa; PINHEIRO, Ana Alice; GARRETO, Eduardo William Monteiro; RODRIGUES, Maria Fernanda Gonçalves; SILVA, Ana Maria da; SILVA, William do Nascimento. Intervenções de enfermagem no cuidado a pacientes com ansiedade e depressão. **Revista Foco**, 2025.

PEPLAU, Hildegard E. **Interpersonal Relations in Nursing: A Conceptual Frame of Reference for Psychodynamic Nursing.** London: Macmillan, 1991.

PERES, Karoline Rochelle Lacerda. **Transtorno de ansiedade social: psiquiatria e psicanálise.** 2018. 80 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2018. Disponível em: https://teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde-26102018-165234/publico/peres_me.pdf. Acesso em: 21 maio 2024.

PILLON, S. C.; SANTOS, M. A.; ARAÚJO, M. Enfermeiros e a assistência a portadores de transtornos mentais. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 12, n. 2, p. 287-294, 2004.

ROBERTO, Tatiane Barbosa et al. **Assistência de enfermagem a pacientes pós-tentativa de suicídio.** In: CONIC-SEMESP, 2013. Anais [...]. [S.l.]: [s.n.], 2013.

SANTOS, Priscila Nogueira Barbosa. **Cuidados de enfermagem em pacientes com transtorno de ansiedade:** Faculdade de Ciências e Tecnologias, 2022.

SCHERER, Zuleide Aparecida Proença; SCHERER, Eliane Aparecida; LABATE, Renata Cristina. Interconsulta em enfermagem psiquiátrica: qual a compreensão do enfermeiro sobre esta atividade? **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, 2002.

SILVA, Ana Maria da et al. Intervenções em cuidados psiquiátricos para pacientes com transtornos mentais. **Jornal de Saúde Mental**, 2020.

SOUSA, Karina Ferreira de; SILVA, William de Castro; VARGAS, Daniela Rodrigues Madruga de. Como o profissional de saúde pode lidar com o paciente psiquiátrico. **Revista Científica do ITPAC**, 2012.

VILELLA, João Carlos; BORBA, Luciana Oliveira; PAES, Maria Rita; MAFTUM, Maria Aparecida. Abordagem da equipe de enfermagem ao usuário na emergência em saúde mental. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, 2008.