

ANSIEDADE E SEU IMPACTO NA SAÚDE DOS TRABALHADORES DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

ANXIETY AND ITS IMPACT ON THE HEALTH OF PRIMARY HEALTH CARE WORKERS

LA ANSIEDAD Y SU IMPACTO EN LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DE LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD

 <https://doi.org/10.56238/arev8n1-095>

Data de submissão: 12/12/2025

Data de publicação: 12/01/2026

Ana Carolina Zanin Sacoman Kurihara

Mestra em Desenvolvimento Regional

Instituição: Centro Universitário Municipal de Franca (Uni-FACEF)

E-mail: anacarinakurihara@gmail.com

ORCID: 0000-0003-4448-752X

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9829813113455175>

Beatriz Frischeisen Tomita

Médica

Instituição: Universidade de São Paulo (USP)

E-mail: beatriztomita@gmail.com

ORCID: 0000-0002-1043-6348

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5594787932723076>

Bruno Andrade Calabria

Médico

E-mail: brunoacmed@gmail.com

ORCID: 0009-0008-7595-8471

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3854711042322151>

Bruno Henrique de Andrade

Médico

Instituição: Comunidade Centro Universitário Municipal de Franca (Uni-FACEF)

E-mail: drbrunoandrade.saude@gmail.com

ORCID: 0000-0003-3179-1274

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5776165350098600>

Marina Valente Ribeiro

Médica

Instituição: Centro Universitário Municipal de Franca (Uni-FACEF)

E-mail: marivalente@hotmail.com

ORCID: 0009-0008-9487-4484

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5184307707395542>

RESUMO

A ansiedade, quando ultrapassa seu caráter adaptativo, configura um transtorno que compromete significativamente a vida cotidiana, especialmente entre trabalhadores da saúde, grupo que apresenta alta prevalência devido à sobrecarga laboral, vínculos precários, exigências emocionais e infraestrutura insuficiente. Estudos evidenciam que esses profissionais enfrentam risco elevado de adoecimento mental, com impactos diretos na funcionalidade, produtividade e qualidade da assistência prestada. A literatura destaca que a Atenção Primária à Saúde, embora essencial para acolher e prevenir agravos, ainda sofre fragilidades estruturais e organizacionais que dificultam ações efetivas de promoção da saúde do trabalhador. Diante disso, torna-se imprescindível fortalecer políticas públicas, práticas de vigilância em saúde e modelos de gestão que garantam condições dignas de trabalho, suporte emocional, prevenção do esgotamento e intervenções terapêuticas adequadas, assegurando tanto o bem-estar dos profissionais quanto a qualidade do cuidado oferecido à população.

Palavras-chave: Ansiedade. Saúde Mental. Atenção Primária.

ABSTRACT

Anxiety, when it exceeds its adaptive nature, constitutes a disorder that significantly compromises daily life, especially among healthcare workers, a group with a high prevalence due to work overload, precarious employment relationships, emotional demands, and insufficient infrastructure. Studies show that these professionals face a high risk of mental illness, with direct impacts on functionality, productivity, and the quality of care provided. The literature highlights that Primary Health Care, although essential for treating and preventing diseases, still suffers from structural and organizational weaknesses that hinder effective actions to promote worker health. Given this, it is essential to strengthen public policies, health surveillance practices, and management models that guarantee decent working conditions, emotional support, burnout prevention, and appropriate therapeutic interventions, ensuring both the well-being of professionals and the quality of care offered to the population.

Keywords: Anxiety. Mental Health. Primary Care.

RESUMEN

La ansiedad, cuando supera su carácter adaptativo, constituye un trastorno que compromete significativamente la vida cotidiana, especialmente entre los trabajadores de la salud, un grupo que presenta una alta prevalencia debido a la sobrecarga laboral, los vínculos precarios, las exigencias emocionales y la infraestructura insuficiente. Los estudios evidencian que estos profesionales enfrentan un alto riesgo de enfermedad mental, con impactos directos en la funcionalidad, la productividad y la calidad de la atención prestada. La literatura destaca que la Atención Primaria de Salud, aunque esencial para atender y prevenir enfermedades, aún sufre debilidades estructurales y organizativas que dificultan las acciones efectivas de promoción de la salud del trabajador. Ante esto, es imprescindible fortalecer las políticas públicas, las prácticas de vigilancia de la salud y los modelos de gestión que garanticen condiciones de trabajo dignas, apoyo emocional, prevención del agotamiento e intervenciones terapéuticas adecuadas, asegurando tanto el bienestar de los profesionales como la calidad de la atención ofrecida a la población.

Palabras clave: Ansiedad. Salud Mental. Atención Primaria.

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade, em sua forma não patológica, dita adaptativa, é definida como uma reação fisiológica do organismo humano ante um estímulo, um sinal de alerta sobre perigos iminentes, que incita a tomar medidas para enfrentá-los, como uma antecipação de ameaça. Entende-se como uma resposta normal do corpo, tal qual o medo. (OBELAR, 2016; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 1993; AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Considera-se um Transtorno Ansioso, quando aumenta-se a intensidade e duração da reação, a qual se torna presente em situações além do momento de estresse pontual, atingindo desproporção em relação ao risco real, que se apresenta. Assim, acarreta-se em uma perturbação cotidiana pelos sinais e sintomas experienciados. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 1993; BORINE, 2011) Clinicamente, o sofrimento psicológico é muitas vezes descrito como uma sensação de opressão e vulnerabilidade emocional. As características principais dos transtornos ansiosos são a preocupação persistente e excessiva acerca de vários domínios, incluindo desempenho laboral, educacional, pessoal e pode causar sinais observáveis. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE,

1993; FONSECA, 2023; AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Os transtornos ansiosos afetam de maneira significativa a vida do trabalhador, prejudicando atividades profissionais, relacionamentos e autocuidado. Esses transtornos apresentam baixos índices de remissão espontânea e tendem a cronicar. Quando não tratados, ou os estímulos agravantes não são manejados, seus sintomas seguramente persistem, levando a prejuízos consideráveis no funcionamento diário, queda na qualidade de vida e grande impacto econômico. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 1993; RIBEIRO, 2019)

Os transtornos ansiosos são algumas das condições mais comuns em saúde mental. São descritos como a segunda principal causa de afastamentos laborais entre os transtornos mentais e comportamentais. As mulheres apresentam uma prevalência maior de transtornos de ansiedade em comparação aos homens. (RIBEIRO, 2019; JULIO, 2022; SANTANA, 2016)

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que o Brasil registra o maior número de casos de ansiedade no mundo. Tratando dos profissionais da saúde, os problemas de saúde mental estão entre os mais prevalentes e reporta-se aumento progressivo dos casos nos últimos anos. Depressão e ansiedade são mais prevalentes em Agentes Comunitários de Saúde (ACS) e têm maior frequência entre trabalhadores de 21 a 35 anos. (SANGALETTI, 2018; BARBOSA, 2021; SOARES, 2021)

A manifestação patológica da ansiedade pode ser estimulada por traumas psicológicos, doenças físicas, abuso de substâncias e fatores genéticos. Ela se agrava por exposição a componente estressor contínuo, como ocorre em demandas laborais com prazos e metas rigorosos, baixo apoio social do indivíduo acometido, carga excessiva de tarefas gerais, valorização insuficiente e também comprometimento individual exagerado. (FONSECA, 2023; RIBEIRO, 2019)

Quanto aos profissionais da saúde, tal população é por vezes sobrecarregada e responsabilizada quanto ao cuidado da vida alheia. Também, lidam com limitações nas possibilidades de intervenção e por vezes reporta-se a importância de atritos entre colegas. São exemplos de fator causal estressor nos profissionais de saúde o alto fluxo de atendimento e longas jornadas de trabalho, que podem resultar em uma sobrecarga de deveres. (BARBOSA, 2021; SILVA, 2022)

Os transtornos, quando potencializados por estresse elevado - como nas dinâmicas de trabalho explanadas - têm o potencial de impulsionar e potencializar comportamentos e complicações, interferindo significativamente na funcionalidade diária do indivíduo e piora futura. Portanto, por vezes necessita tratamento. (SOARES, 2021; SILVA, 2022)

Dada a importância epidemiológica do transtorno de ansiedade, seu potencial debilitante e sabendo de sua alta prevalência nos profissionais de saúde, o presente estudo tem por objetivo identificar, na literatura disponível, a interpretação a respeito do impacto da ansiedade na saúde dos trabalhadores da atenção primária à saúde e discutir possíveis caminhos para reduzir danos e melhorar a saúde mental.

2 METODOLOGIA

Este estudo utiliza uma pesquisa de abordagem qualitativa e descritiva, com base em uma revisão bibliográfica. Foi realizada uma busca eletrônica nas bases de dados: Google Acadêmico, SciELO, LILACS e Pepsic com base nos descritores: “ansiedade”, “saúde mental” e “atenção básica”.

3 DISCUSSÃO

No começo dos anos 2000, a Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização Internacional do Trabalho (OIT) previram um aumento nos problemas de saúde mental e alertaram sobre os impactos desse crescimento na população trabalhadora, incluindo a

diminuição da produtividade, afastamentos do trabalho, redução da capacidade funcional e laboral, além da exclusão social e estigmatização dos trabalhadores. (RIBEIRO, 2019)

Apesar dos avanços e retrocessos nas leis trabalhistas no Brasil, a vigilância em saúde ainda é uma prática recente e não é implementada de maneira eficaz ou integrada ao setor de saúde. Assim, as conquistas sociais não asseguram totalmente o que se propõe, e o trabalho continua a ser um dos fatores que influenciam de forma importante no processo de saúde e doença. (OBELAR, 2016)

Pesquisas e desenvolvimentos nos modelos acadêmicos e científicos contemporâneos sobre a saúde do trabalhador remontam à década de 1950 e o tema importa às ciências de saúde e humanas. No entanto, devido a fatores conjunturais e de ordem predominante, o interesse pela análise e pesquisa nessa área não tem aumentado e, há anos, tendem à escassez. (VASCONCELOS, 2008)

A atualização da Política Nacional de Atenção Básica (PNAB) em 2017 trouxe retrocessos significativos para o sistema de saúde, como: a redução do financiamento para a Estratégia Saúde da Família (ESF), a retirada da sua prioridade sendo o modelo de equipe da atenção na Atenção Primária à Saúde (APS) e a formação de equipes incompletas, com apenas um ACS obrigatório. Essas mudanças enfraquecem a eficácia desse modelo de atenção e comprometem a capacidade de resolução do Sistema Único de Saúde (SUS). (JULIO, 2022)

A precarização das condições de trabalho na área da saúde acarreta em profissionais sujeitos a vínculos laborais instáveis, remuneração insuficiente, equipes incompletas, sobrecarga de tarefas, além de atuação em ambientes com infraestrutura deficitária e escassez de recursos. (JULIO, 2022)

A saúde dos trabalhadores é tema negligenciado, tanto por empregadores que não priorizam o cumprimento de princípios da saúde do trabalhador, quanto pelos próprios profissionais, que eventualmente evitam o afastamento por questões financeiras ou estigma social. As sobrecargas de trabalho frequentemente passam despercebidas ou são ignoradas pelos próprios trabalhadores, o que pode resultar, eventualmente, no esgotamento e desemprego. (RIBEIRO, 2019)

A saúde do trabalhador é uma das áreas de maior defasagem em relação à implantação no SUS. Ações de cuidado no tema precisam ser incorporadas não só pelas equipes de APS, como também pelos serviços de vigilância, garantindo-se ações de prevenção e controle de riscos nos ambientes de trabalho, conforme previsto em diversas normas e recomendações do

SUS e da Saúde do trabalhador. Não devem ser elencadas exclusivamente como prerrogativas de serviços especializados. (BORINE, 2011)

O tratamento da ansiedade dispõe de ampla abordagem eficaz, podendo contemplar psicoterapias, práticas integrativas, uso de medicações com evidência científica e indicação adequada, além de abordagens do cotidiano individual. (QUAGLIATO, 2022; SILVA, 2022) Todavia, assim como a APS por sua essência realiza diuturnamente, a prevenção é um caminho muito menos danoso e possível de ser aplicado

Para que a APS cumpra esse papel de forma eficaz, é crucial que esteja preparada para atender de maneira adequada às necessidades dos trabalhadores, especialmente através das equipes de saúde da família que precisam se aproximar das demandas sociais dos territórios em que atuam. É preciso que a rede dos sistemas municipais de saúde se organize para desenvolver ações mais efetivas, a fim de prevenir agravos e sequelas, além de assistir de forma mais qualificada aqueles com doenças e acidentes de trabalho. (SANTOS, 2011).

Através da Prevenção Quinquenária, se busca resguardar a saúde dos profissionais de saúde prevenindo fenômenos como o esgotamento e, consequentemente, garantindo-se a qualidade e a segurança da assistência ao indivíduo com transtorno de ansiedade; (SILVA, 2022) Desta forma, a solução está em um maior incentivo a compreender e extirpar as causas e as condições subjetivas e sistêmicas de propensão à ansiedade.

Contribuir para o conhecimento sobre os transtornos ansiosos, definir responsabilidades relacionadas às ações de saúde do trabalhador e descrever medidas terapêuticas são aspectos fundamentais no manejo dos transtornos de ansiedade. Isso é especialmente relevante no contexto da APS, que concentra grande parte das queixas de natureza psicológica, muitas vezes representando o primeiro ponto de acesso dos pacientes ao sistema de saúde. Além disso, a APS também apresenta risco de sofrimento psíquico entre os seus próprios trabalhadores.

A pauta sobre condições de trabalho trata consequentemente da saúde do trabalhador e torna- se essencial para garantir ambientes de trabalho dignos e potencializar a qualidade de vida dos seus ocupantes. (LARA, 2011) Para tanto, urge a importância da aproximação das equipes de saúde, em especial as equipes de saúde da família, junto às necessidades sociais estabelecidas nos territórios pelos trabalhadores (SANTOS, 2011). A saúde para o trabalhador torna-se elemento indispensável para a manutenção de condições dignas nos processos e ambientes de trabalho e na potencialização da vida dos sujeitos (LARA, 2011).

É importante destacar a necessidade de fortalecer a compreensão de que saúde mental e trabalho são aspectos inseparáveis na realidade produtiva atual, com o objetivo de prevenir o adoecimento mental e a falta ao trabalho. A Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNST) reforça a importância da atenção primária como organizadora da rede de atenção do SUS, promovendo a integração com os componentes da vigilância em saúde e estimulando mudanças substanciais nos processos de trabalho (BRASIL, 2012).

4 CONCLUSÃO

Observou-se que a valorização e a melhoria das condições de trabalho — incluindo a revisão de horários e rotinas — são fundamentais para garantir o bem-estar dos profissionais de saúde e a qualidade da prática clínica. Para isso, é indispensável adotar modelos de gestão que ofereçam suporte adequado às equipes, o que envolve ampliar o quadro de trabalhadores, ajustar escalas e disponibilizar acompanhamento psicológico.

Faz-se igualmente necessário implementar e fortalecer ações e políticas voltadas à saúde do trabalhador, com ênfase na detecção e no monitoramento de necessidades específicas, como casos de ansiedade e depressão. A manutenção de direitos básicos — horários adequados, intervalos de descanso, folgas regulares — aliada ao suporte psicológico, psicossocial e à oferta de cuidados especializados em saúde mental, constitui elemento central dessa proteção.

Além disso, o reforço das ações de vigilância em saúde, especialmente na área de saúde do trabalhador, bem como a alocação de recursos financeiros, materiais e humanos, são essenciais para garantir condições adequadas de trabalho e infraestrutura. A valorização profissional, a promoção de um ambiente saudável e de boas relações interpessoais, assim como o incentivo a práticas de autocuidado (atividade física, alimentação equilibrada, higiene do sono), contribuem significativamente para reduzir o esgotamento físico e mental e, consequentemente, o risco de adoecimento.

Dessa forma, o presente estudo buscou evidenciar a importância de pesquisas que aprofundem a compreensão sobre a ansiedade, com vistas ao desenvolvimento de intervenções eficazes e duradouras que assegurem os direitos dos trabalhadores. Reforça-se, assim, a necessidade de políticas públicas que promovam a saúde mental no ambiente laboral, considerando tanto as particularidades subjetivas quanto as necessidades individuais de cada profissional.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5.* 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BARBOSA, M. S. et al. Fatores sociodemográficos e ocupacionais associados aos sintomas de ansiedade entre Agentes Comunitários de Saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 12, p. 5997- 6004, dez. 2021. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/csc/a/hqQT6KhFYVXktWB54scxB8M/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 06 out. 2025.

BORINE, M. S. Ansiedade, neuroticismo e suporte familiar: evidência de validade do inventário de ansiedade traço-estado (idate). 2011. 123 f. Tese (Doutorado) - Curso de Pós-Graduação Strictu Sensu em Psicologia, Universidade São Francisco, Itatiba, 2011. Disponível em: <https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/427/606054467274901.pdf>. Acesso em: 05 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

FONSECA, P. A. R. Transtorno de ansiedade: uma revisão bibliográfica sobre o mal do século XXI. *Contemporary Journal*, v. 3, n. 8, p. 12669-12677, 2023. DOI: 10.56083/RCV3N8-150. ISSN: 2447-0961. Disponível em:
<https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/1195>. Acesso em: 05 out. 2025.

JULIO, R. S. et al. Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, São José do Rio Preto, v. 30, n. 2997, p. 1-15, 2022. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2526-8910.ctao22712997>. Acesso em: 05 out. 2025.

LARA, R. Saúde do trabalhador: considerações a partir da crítica da economia política. *Revista Katálysis*, v. 14, p. 78-85, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-49802011000100009>. Acesso em: 05 out. 2025.

OBELAR, R. M. Avaliação psicológica nos transtornos de ansiedade: estudos brasileiros. 2016. 19 f. Monografia (Especialização) - Curso de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2016.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde: CID-10. 10. rev. São Paulo: Edusp, 2013.

RIBEIRO, H. K. P. et al. Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, Teresina, v. 44, n. 1, p. 1-8, 2019. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbsa/a/WfpQJQM7TSqLb7PWxW9Frwg/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 06 out. 2025.

SANGALETTI, J.; CERETTA, L. ; SORATTO, M. T. Ansiedade dos enfermeiros da estratégia saúde da família. *Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde*, Criciúma, v. 7, n. 1, p. 234-248, jun. 2018. Disponível em:

<https://periodicos.uniarp.edu.br/index.php/ries/article/view/910/787>. Acesso em : 05 out. 2025.

SANTANA L. L. et.al. Absenteísmo por transtornos mentais em trabalhadores de saúde em um hospital no sul do Brasil. *Revista Gaúcha Enfermagem*. 2016 mar;37(1):e53485. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2016.01.53485>. Acesso em: 05 out. 2025.

SANTOS, A. L.; RIGOTTO, R. M. Território e territorialização: incorporando as relações produção, trabalho, ambiente e saúde na atenção básica à saúde. *Trabalho, educação e saúde*, v. 8, p. 387-406, 2011. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/tes/a/H5BtBJTGvQZgSXKvNrTKphp/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em: 05 out. 2025.

SILVA, B. C.; PINTO, F. F; ARAUJO, I. A relevância da prevenção quinquenária na qualidade de vida dos profissionais de saúde. RECIMA21 - *Revista Científica Multidisciplinar* - ISSN 2675-6218, [S. l.], v. 4, n. 1, p. e412525, 2022. Disponível em: <https://recima21.com.br/recima21/article/view/2525>. Acesso em: 05 out. 2025.

SOARES, A. B.; MONTEIRO, M. C. L. M.; SANTOS, Z. A. Revisão Sistemática da Literatura sobre Ansiedade em Estudantes do Ensino Superior. *Contextos Clínicos*, [S.L.], v. 13, n. 3, p. 992-1012, 15 mar. 2021. UNISINOS - Universidade do Vale do Rio Dos Sinos. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2020.133.13>. Acesso em : 05 out. 2025.

QUAGLIATO, L. A.; NARDI, A. E. Diagnóstico e terapêutica dos Transtornos de Ansiedade. Med. Ciência. e Arte, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 77-83, mar. 2022. Disponível em: <https://www.medicinacienciaarte.com.br/revista/article/view/10/8>.

Acesso em: 05 out. 2025.

VASCONCELOS, A.; FARIA, J. H.. SAÚDE MENTAL NO TRABALHO: CONTRADIÇÕES E LIMITES. *Psicologia & Sociedade*, Curitiba, p. 453-464, jun. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-71822008000300016>. Acesso em: 05 out. 2025.