

TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE: UMA REVISÃO NARRATIVA

Edmarques Pereira Marques Junior¹; Wanclei Adryan Do Nascimento Sanabre².

DOI: 10.47094/IIICOBRASAFIMES.2026/RS/17

RESUMO

Introdução: O estresse ocupacional crônico e o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) representam desafios críticos à integridade biopsicossocial dos profissionais de saúde, sendo significativamente exacerbados por demandas clínicas intensas e crises sanitárias globais recentes. Ao analisar o transtorno de ansiedade generalizada em conjunto com o estresse ocupacional, é crucial reconhecer que este é um problema global com implicações significativas para a saúde pública. **Objetivo:** Analisar a literatura atualizada sobre a prevalência de transtornos de ansiedade e estresse ocupacional, identificando fatores de risco modificáveis em profissionais da saúde. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa, descritiva e documental. A busca foi realizada em bases de dados como PubMed, Scielo e Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando descritores como “Anxiety”, “Generalized Anxiety Disorder”, “Symptoms” e “Healthcare Workers” combinados entre si pelo operador booleano AND. Foram incluídos artigos originais, revisões sistemáticas e metanálises publicados em inglês, espanhol ou português e disponíveis em texto completo publicados nos últimos cinco anos. Foram excluídos relatos de caso, cartas ao editor e estudos sem acesso integral ao conteúdo. **Resultados:** A prevalência média de TAG entre profissionais da linha de frente atingiu 30,5% globalmente, com índices alarmantes de até 51,4% em centros de atendimento especializado. O estresse ocupacional, mensurado por escalas de burnout, demonstra uma correlação intrínseca e positiva com a ansiedade, sendo que conflitos no ambiente de trabalho triplicam as chances de exaustão emocional. Identificou-se que a ausência de clareza nas metas organizacionais e distúrbios severos do sono são preditores críticos de morbidade psicológica, ao passo que o suporte social robusto e a autonomia profissional funcionam como fatores protetores essenciais. Adicionalmente, intervenções educativas breves de apenas quinze minutos realizadas in loco mostraram resultados promissores: 81% dos participantes relataram posse de melhores ferramentas funcionais e 64% sentiram redução imediata no estresse percebido. **Conclusões:** O TAG e o estresse ocupacional são fenômenos interdependentes que demandam reformas organizacionais urgentes. A definição transparente de tarefas, o manejo de conflitos interpessoais e o fortalecimento da resiliência institucional por meio de treinamentos escaláveis são estratégias fundamentais para mitigar riscos psíquicos e assegurar a sustentabilidade do capital humano na saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Ansiedade. Esgotamento. Profissionais da saúde.