

# CUIDADOS DE ENFERMAGEM NOS CASOS DE ANSIEDADE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: REVISÃO DE LITERATURA

Alessandra Aparecida Tavares Neves<sup>1</sup>; Michelle Taverna<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Enfermeira, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), Curitiba, Paraná.

<sup>2</sup>Enfermeira, Universidade Tuiuti do Paraná (Tuiuti), Curitiba, Paraná.

DOI: 10.47094/IICNNESP.2021/10

## RESUMO

O Brasil é o país com maior taxa de pessoas com transtorno de ansiedade do mundo, atingindo cerca de 18,6 milhões de brasileiros (Organização Mundial de Saúde – OMS, 2018). O enfermeiro é apto para identificar e intervir nas situações de ansiedade e o objetivo deste estudo foi identificar os principais cuidados de enfermagem nos casos de ansiedade já na atenção primária à saúde. Para tanto, foi conduzida uma revisão integrativa de literatura nas bases de dados indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e localizados 99 artigos, após análise 10 artigos atenderam aos critérios de inclusão. Dentre as publicações investigadas, observamos que as propostas eram diferentes entre os estudos. Conclui-se que a ansiedade é um problema de saúde pública em ascensão e por isso é imprescindível o desenvolvimento pesquisas mais amplas com enfoque nas intervenções terapêuticas mundiais com melhores resultados para o tratamento da ansiedade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ansiedade. Cuidados de enfermagem. Atenção primária à saúde.

**ÁREA TEMÁTICA:** Saúde física e mental.

## INTRODUÇÃO

O transtorno de ansiedade é uma condição na qual existe uma preocupação exacerbada, recorrente, pensamentos distorcidos e pessimistas. A resposta fisiológica a esse estado causa angústia e aflição ao indivíduo, o que acarreta em busca de atendimento no pronto socorro. O enfermeiro é apto para identificar e intervir nas situações de ansiedade na atenção primária à saúde, promovendo um cuidado integrado aos pacientes e familiares (OLIVEIRA; MARQUES; SILVA, 2020).

Diante a importância que o tema representa para o papel do enfermeiro, este estudo teve como objetivo identificar os cuidados de enfermagem nos casos de ansiedade nos pacientes atendidos na atenção primária à saúde.

## METODOLOGIA

O método de pesquisa selecionado foi a revisão integrativa de literatura. Desse modo, buscamos responder a seguinte pergunta norteadora: Quais são as evidências disponíveis na literatura científica sobre os cuidados de enfermagem nos casos de ansiedade nos pacientes atendidos na atenção primária à saúde?

A busca dos artigos ocorreu por meio da base de dados indexados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Para a localização dos mesmos foram utilizados os seguintes descritores controlados: “ansiedade”, “cuidados de enfermagem”, “atenção primária à saúde”. Realizamos a combinação das palavras-chave da seguinte maneira: “ansiedade” and “cuidados de enfermagem” and “atenção primária à saúde”. Os critérios de inclusão foram os artigos que abordaram quaisquer cuidados de enfermagem relacionados à ansiedade na atenção primária à Saúde e artigos publicados em português, inglês e espanhol no período de janeiro de 2011 a junho de 2021. Assim, foram localizados 99 artigos na base de dados investigada, sendo que após análise apenas 10 artigos atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecido. A análise dos dados foi conduzida por dois revisores independentemente, através de um instrumento de coleta de dados definido pelos próprios autores.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Dentre as publicações investigadas, observamos que as propostas eram diferentes entre os estudos. Dois artigos (20%) abordaram a primeira etapa do processo de enfermagem: Avaliação de enfermagem; um (10%) versava sobre o *Reiki* como intervenção de enfermagem; um (10%) discorria sobre a promoção e gerenciamento do autocuidado; um (10%) relatou sobre: Criar Oportunidades para Empoderamento Pessoal (COPE), um (10%) evidenciou o método da atenção plena (*Mindfulness*) como aliada na assistência, um (10%) abordou sobre o uso da terapia cognitiva comportamental e uso de medicações para controle da ansiedade e três (30%) sugeriram o cuidado escalonado colaborativo como ferramenta na assistência.

No que se refere às intervenções propostas, percebemos que o processo de enfermagem é uma ferramenta muito valiosa na atenção primária, pois o enfermeiro pautado em evidências científicas, a partir do histórico de enfermagem correlaciona os problemas levantados com o propósito de saná-los através da prescrição de enfermagem (COFEN, 2009).

O *Reiki* é uma terapia complementar usada para redução do estresse e relaxamento. Essa técnica japonesa é desenvolvida por um profissional habilitado e conforme a resolução COFEN-197/1997, o enfermeiro pode aplicar essa metodologia na assistência prestada (FREITAG; ANDRADE; BADKE, 2015).

O conjunto de ações que um indivíduo realiza para si mesmo é denominado de autocuidado. A teoria de Dorothea Orem ressalta a importância do paciente ser o protagonista do cuidar, para tanto é necessário que o enfermeiro conheça a teoria do autocuidado e direcione o paciente a executar as ações de maneira que assuma a responsabilidade para contribuir com o tratamento (SILVA, *et al.*,

2021).

O programa COPE (Criando Oportunidades para Empoderamento Pessoal) é um programa de desenvolvimento de habilidades cognitivo-comportamentais para adolescentes de 13 a 18 anos. O objetivo do COPE é fornecer educação, informações e atividades para ajudar os adolescentes a fazerem escolhas saudáveis que levarão a uma vida saudável. Guiado pela teoria cognitivo-comportamental, o programa visa ajudar os adolescentes a aprender as habilidades de que precisam (por exemplo, pensamento positivo, habilidades de enfrentamento, gerenciamento de estresse, atenção plena) para parar os pensamentos negativos e começar a pensar e se comportar de maneiras mais positivas (NIH, 2021).

Atenção plena ou *Mindfulness* é um estado de plenitude promovido a partir da escolha sólida e determinada do indivíduo para tomar conhecimento do que está ocorrendo no seu interior e exterior, sendo capaz de envolver-se no presente, sem manifestar desvios de atenção. O *Mindfulness* como intervenção de enfermagem envolve a integralidade do cuidar, promovendo estratégias eficazes (GHERARDI-DONATO, et al., 2019).

Os tratamentos farmacológicos devem ser acompanhados para diminuir a preocupação devido à dependência química, física e psicológica que podem desenvolver devido ao uso abusivo e prolongado. É importante destacar que não deve ser adotado como tratamento único. A terapia Cognitivo-Comportamental é uma aliada ao tratamento, visto que evidencia uma redução dos sintomas e atua de maneira efetiva, porém essas medidas são exclusivas de outros profissionais, não sendo aplicadas pelo enfermeiro (OLIVEIRA; MARQUES; SILVA, 2020).

O cuidado escalonado colaborativo é uma junção de intervenções que proporcionam a interdisciplinaridade que contribuem para a qualidade da assistência. O apoio matricial é um modelo com similaridade ao cuidado colaborativo e é uma realidade no Brasil, este modelo utiliza o papel da referência e contra referência para integrar o cuidado, ampliando o acesso da atenção primária à atenção secundária. Para tanto, deve haver um treinamento e planejamento da equipe para definição do programa (SARAIVA; ZEPEDA; LÍRIA, 2020).

## CONCLUSÕES

A ansiedade é um problema de saúde pública e tem grande repercussão na sociedade. A atenção primária à saúde deve contribuir ativamente no diagnóstico e tratamento precoce dos pacientes, destacamos a extrema importância do papel do enfermeiro neste processo com ações de enfermagem que promovem o aumento da qualidade de vida desses pacientes. Consenso na literatura, o Brasil precisa progredir em suas políticas de ações intervencionistas através do desenvolvimento amplo pesquisas a respeito das melhores práticas mundiais para o tratamento da ansiedade.

## REFERÊNCIAS

Conselho Federal de Enfermagem. Resolução n. 358, de 15 de outubro de 2009: Dispõe sobre a Sistematização da Assistência de Enfermagem e a implementação do Processo de Enfermagem. Disponível em: [http://www.cofen.gov.br/resoluo-cofen-3582009\\_4384.html](http://www.cofen.gov.br/resoluo-cofen-3582009_4384.html). Acesso em: 06 jun.2021.

FREITAG, V. L.; ANDRADE, A. de; BADKE, M. R. O Reiki como forma terapêutica no cuidado à saúde: uma revisão narrativa da literatura, *Enfermería Global*, n. 38, p. 346, abr. 2015. Disponível em: <https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n38/ptrevision5.pdf>. Acesso em: 06 jun.2021.

GHERARDI-DONATO, E. C. da S. *et al.* Mindfulness: reflexão sobre limites e potencialidades para a assistência de enfermagem. *Rev. Enferm. UFSM – REUFSM*. Santa Maria, RS, v. 9, e52, p. 1-21, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/33058/html>. Acesso em: 06 jun.2021.

National Cancer Institute at the National Institutes of Health (NIH). Disponível em: <https://ebccp.cancercontrol.cancer.gov/programDetails.do?programId=22686590>. Acesso em: 06 jun.2021

OLIVEIRA, K. M. A. de; MARQUES, T. C.; SILVA, C. D. A. Cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade. *Revista das Ciências da Saúde e Ciências aplicadas do Oeste Baiano-Higia*, v. 5, n. 1, p. 397-412, 2020. Disponível em: <file:///C:/Users/ALESSA~1/AppData/Local/Temp/612-1989-1-PB.pdf>. Acesso em: 06 jun.2021.

Organização Mundial da Saúde - OMS. Ficha técnica - Depressão. Disponível em: [http://www.who.int/mental\\_health/management/depression](http://www.who.int/mental_health/management/depression) Acesso em: 09 jun. 2021.

SARAIVA, S. A. L.; ZEPETA, J.; LIRIA, A. F. Componentes do apoio matricial e cuidados colaborativos em saúde mental: uma revisão narrativa. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 2 p. 553-565, fev. 2020. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/339012705\\_Componentes\\_do\\_apoio\\_matricial\\_e\\_cuidados\\_colaborativos\\_em\\_saude\\_mental\\_uma\\_revisao\\_narrativa](https://www.researchgate.net/publication/339012705_Componentes_do_apoio_matricial_e_cuidados_colaborativos_em_saude_mental_uma_revisao_narrativa). Acesso em: 06 jun.2021.