

**Ansiedade: análise dos impactos na qualidade de vida e as condutas terapêuticas, uma
revisão integrativa**

**Anxiety: analysis of impacts on quality of life and therapeutic approaches, an integrative
review**

**Ansiedad: análisis de impactos en la calidad de vida y enfoques terapéuticos, una
revisión integradora**

Recebido: 12/10/2020 | Revisado: 14/10/2020 | Aceito: 16/10/2020 | Publicado: 19/10/2020

Anna Thereza Ribeiro Pindaíba Moura

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3040-8106>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: ribeiroannathereza@gmail.com

Ana Karina Viana Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9201-4474>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: karina_vianapereira@hotmail.com

Bianca Maria De Souza Almeida

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1106-2234>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: bmaria880@gmail.com

Camila Costa Campos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4558-2246>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: millacamps@gmail.com

Luana Rocha Cabral

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5994-3711>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: lu.cabral1727@gmail.com

Maria Gabriela da Costa Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8261-8597>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: gabi.sousa2018.1@gmail.com

Paloma da Silva Caminha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5043-1584>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: palomacaminha@outlook.com

Adriana Rodrigues Alves de Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3245-443X>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: sousa.adriana@estacio.br

Filipe Augusto de Freitas Soares

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0510-3968>

Faculdade Estácio de Teresina, Brasil

E-mail: filipe.freitas@estacio.br

Resumo

Objetivo: descrever as consequências que ansiedade desencadeia e os recursos terapêuticos disponíveis. Métodos Consiste em uma Revisão Integrativa da literatura feita a partir de artigos disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A amostra final obteve um total de 09 artigos. Resultado: Foi possível identificar várias situações em que a ansiedade é predominante, assim como os prejuízos que acarreta na vida das pessoas, e ainda que necessite de aperfeiçoamento, os setores de atendimento na saúde precisam estar aptos a prestar assistência de forma capacitada, humanizada no intuito de ofertar melhor qualidade de vida. Considerações Finais: A ansiedade deve ser identificada o mais precocemente possível para minimizar as consequências, sendo necessário fazer uso adequado dos recursos terapêuticos e capacitar a equipe para que a assistência seja eficaz em prol do benefício do paciente, pois a equipe de saúde assume papel crucial frente os cuidados a serem destinados no intuito de promover melhor enfrentamento.

Palavras-chave: Revisão; Ansiedade; Cuidados de enfermagem; Transtornos de ansiedade.

Abstract

Objective: to describe the consequences that anxiety triggers and the therapeutic resources available. Methods: It consists of an Integrative Literature Review made from articles available in the Virtual Health Library (VHL). The final sample obtained a total of 09 articles. Result: It was possible to identify several situations in which anxiety is prevalent, as well as the damage it causes in people's lives, and even though it needs improvement, the health care

sectors need to be able to provide assistance in a trained, humanized manner in the in order to offer a better quality of life. Final Considerations: Anxiety must be identified as early as possible to minimize the consequences, making it necessary to make appropriate use of therapeutic resources and to train the team so that the assistance is effective for the benefit of the patient, as the health team assumes a crucial role the care to be taken in order to promote better coping.

Keywords: Review; Anxiety; Nursing care; Anxiety disorders.

Resumen

Objetivo: describir las consecuencias que desencadena la ansiedad y los recursos terapéuticos disponibles. **Métodos:** Consiste en una Revisión Integrativa de la Literatura realizada a partir de los artículos disponibles en la Biblioteca Virtual en Salud (BVS). La muestra final obtuvo un total de 09 artículos. **Resultado:** Se logró identificar varias situaciones en las que prevalece la ansiedad, así como el daño que ocasiona en la vida de las personas, y aunque es necesario mejorar, los sectores de salud deben poder brindar asistencia de manera capacitada y humanizada en la con el fin de ofrecer una mejor calidad de vida. **Consideraciones finales:** La ansiedad debe identificarse lo antes posible para minimizar las consecuencias, por lo que es necesario hacer un uso adecuado de los recursos terapéuticos y capacitar al equipo para que la asistencia sea efectiva en beneficio del paciente, ya que el equipo de salud asume un papel crucial. el cuidado que se debe tener para promover un mejor afrontamiento.

Palabras clave: Revisión; Ansiedad; Cuidados de enfermería; Trastornos de ansiedad.

1. Introdução

Atualmente, a ansiedade vem sendo considerada um grave problema de saúde na sociedade e por ser multifatorial causa desafios no combate pelos serviços de saúde. Quando manifestada de forma leve vem a ser considerada parte fisiológica do organismo, entretanto, a preocupação é tida com a persistência e a gravidade em se tornar patológica. As causas relacionam-se à hereditariedade, estresse, excessos de preocupação, sobrecarga, uso de substâncias psicoativas e até mesmo outras doenças, na qual a sintomatologia é distinta em relação a cada indivíduo, acarretando medo, alteração sono vigília, distrações, agressividade, inquietação, relações conturbadas e visíveis sinais fisiológicos (taquicardia, tremores, aumento da pressão, entre outros), contribuindo para o prejuízo físico, social e mental (Fernandes, Meneses, Franco, Soares e Silva, & Feitosa, 2017).

A ansiedade é um fenômeno que possui ligação com fatores biológicos, sociais ou psicológicos, podendo afetar cada indivíduo de diferentes maneiras. Em muitas pesquisas apontam resultados que evidenciam sintomas em decorrência não somente de faixa etária, mas também em relação a gênero e outras causas sociais. Por isso, medidas para a prevenção na adolescência e também vida adulta são de extrema importância para garantir o aspecto emocional saudável e a prevenção de doenças de ordem psíquica (Soares & Almeida, 2020).

Existem alguns transtornos causados pela a ansiedade provocam alterações significativas na vida do indivíduo, como por exemplo, síndrome do pânico, transtorno de ansiedade generalizada, fobia Social, fobia específica, transtorno obsessivo-compulsivo e estresse pós-traumático. Estima-se que 450 milhões de pessoas sofrem com alguma doença mental, com prevalência de 7,3% de transtornos de ansiedade. (Costa, Branco, Vieira, Mattos Souza, & Silva, 2019).

É substancial que os cuidados assistenciais sejam pautados na oferta do bem-estar, de forma a direcionar um cuidado holístico, individualizado e de qualidade, relacionando os conhecimentos científicos às habilidades de observação e comunicação, permitindo envolvimento interpessoal e comunicação eficaz, livre de julgamentos de valor (Fernandes, Meneses, Franco, Soares e Silva, & Feitosa, 2017).

É de extrema importância que o tratamento facilite a atuação do cliente, estimulando adesão ao tratamento, educação para o autocuidado e planejamento eficaz. Ainda assim, é importante traçar cuidados relacionados ao uso de medicamentos visto que quando utilizados em doses altas e por longo período oferecem riscos à saúde (Cruz de Sousa, Kelly Vedana, & Miasso, 2016).

Praticar educação em saúde e capacitar a equipe para lidar com estratégias que forneçam segurança ao paciente e a família durante a abordagem terapêutica é de fato benéfico através de práticas que incentive a verbalização dos seus sentimentos e angústia, promovendo a capacidade de enfrentamento e técnicas de alívio que promovam controle emocional e redução das vulnerabilidades (Queirora et al., 2017).

Diante disso, justifica-se a importância da manutenção da saúde para evitar o aparecimento de patologias e preservar o bem-estar conscientizando a sociedade a respeito de práticas para a promoção de saúde. Objetiva-se identificar as consequências que a ansiedade pode ocasionar bem como os recursos terapêuticos e sua eficácia no tratamento em saúde enfatizando a capacitação de servidores de saúde atributos essenciais na assistência.

2. Metodologia

A modalidade de pesquisa utilizada foi do tipo revisão integrativa onde embasada em técnica e conhecimento, permite assim que o pesquisador através de um conjunto de etapas obtenha maior conhecimento sobre determinada temática, propiciando também direito ao pensamento crítico com finalidade de aperfeiçoar os cuidados para a promoção do bem-estar (Souza, Silva, & Carvalho, 2010). Abaixo, a figura 1 apresenta as etapas seguidas para elaboração da pesquisa.

Figura 1. Etapas sequências da pesquisa.



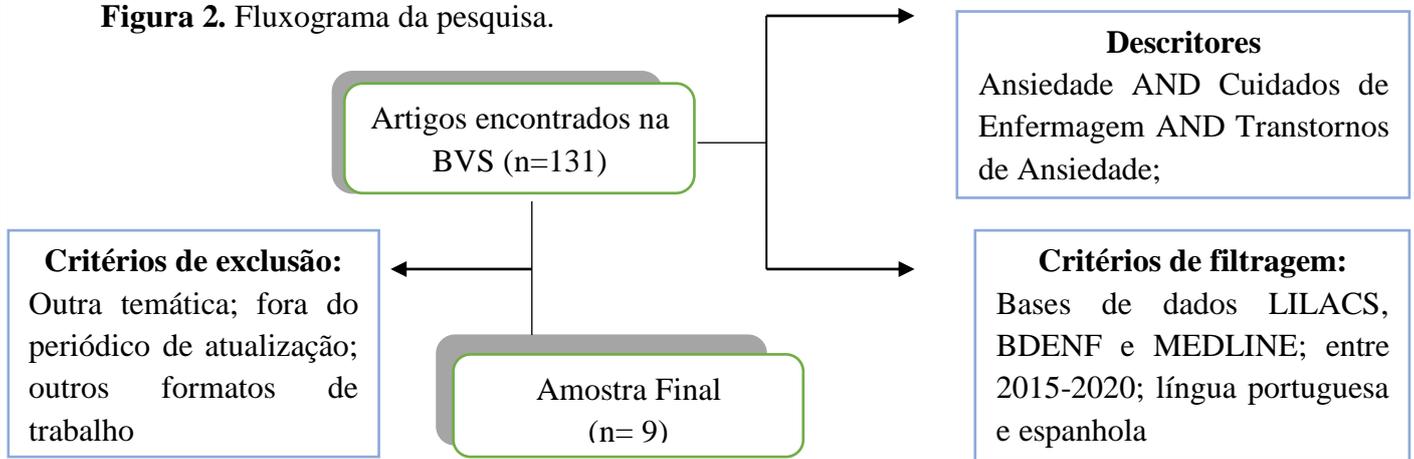
Fonte: Autores.

A questão norteadora do estudo é “identificar os principais impactos gerados pela a ansiedade e analisar quais os recursos terapêuticos e estratégias eficazes para um melhor prognóstico?”. A formulação dessa questão foi direcionada através da estratégia de PICO delineada pela população alvo (P) “sociedade em geral”, intervenção (I) “adesão de estratégias condizentes com a preservação da saúde”, e o resultado desejado (O) “redução impactos negativos na vida”. Foram utilizados os descritores Revisão AND Ansiedade AND Cuidados de enfermagem AND Transtornos de ansiedade, onde os mesmos encontram-se no DECS (Descritores em Ciências da Saúde). O período de busca foi realizado no mês de maio sendo conduzido por dois autores do trabalho, onde os artigos utilizados assumem caráter associado a abordagem em estudo, e constam estar publicados e disponíveis na plataforma BVS.

Foram inclusos artigos científicos de texto completo, em língua portuguesa e espanhola, presentes nas bases de dados BDENF (Base de Dados em Enfermagem); MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), com recorte temporal de escolha entre os 2015 a 2020 para ter uma visão de como a ansiedade é vista nos últimos cinco anos, e aqueles que possuíam relação direta com a abordagem em questão. Os artigos excluídos não tinham associação com os parâmetros estabelecidos acima, não tendo relação com a temática

proposta como também não seguiam o recorte temporal. Após a análise minuciosa, a amostra final obteve um total de 09 artigos científicos. Na figura 2 é possível avaliar o fluxograma realizado durante a pesquisa dos estudos científicos.

Figura 2. Fluxograma da pesquisa.



Fonte: Autores.

3. Resultados e Discussão

Diante da pesquisa bibliográfica analisou-se um total de 09 artigos com os quais seria mais pertinente analisar como o psicológico pode ser comprometido mediante situações vivenciadas na vida gerando em prejuízos ao bem-estar, já que transtornos de ansiedade são prevalentes em contextos e populações distintas, sendo, portanto, necessário identificar os fatores determinantes que expõem a população ao risco. Sendo assim, na tabela 1 é possível observar principais pontos expostos nos artigos através de uma análise comparativa. Dentre os artigos, evidenciouse que o periódico em maior evidência é a Revista Latino Americana de Enfermagem (dois artigos), seguido da revista Psicologia & Sociedade, Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro, Ciências & Saúde Coletiva, Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção, Revista Mineira de Enfermagem, Trends in Psychology/ Temas em Psicologia, Psico-USF, Bragança Paulista, com prevalência de estudos indexados em 2018 (três artigos), a metodologia em maior evidência foram pesquisas descritivas e de corte transversal, expostos abaixo na Tabela 2.

Tabela 1. Análise comparativa entre os artigos.

Autores	Resultados
Hamester, Souza, Cielo, Moraes, & Pellanda, 2016; Franzoi & Martins, 2016	Nos estudos, percebe-se que a ansiedade pode ser desencadeada pela vivência do processo de hospitalização em decorrência do afastamento dos familiares, estresse hospitalar, internação prolongada, limitações e mudanças na rotina diária do paciente, dúvidas, e até mesmo desconfiança, acarretando em inúmeros prejuízos tanto emocionais como também físico e social, gerando medo, negatividade e dificuldade na assistência prestada pelos profissionais.
Silva, & Herzog, 2015; Silva, Botti, Oliveira, & Azevedo Guimarães, 2015; Antoniassi Junior, Oliveira, Cunha, Souza Beretta, & Figueiredo, 2019.	Através da análise dos artigos, identifica-se que fatores socioculturais, como o envelhecimento, contribuem para o surgimento da ansiedade, instigando o uso, muitas vezes descontrolado, de medicamentos como benzodiazepínico, sendo essencial traçar o perfil do paciente e aumentando a necessidade no aperfeiçoamento da Atenção Primária para a escolha da melhor terapêutica. Além disso, limitações impostas pela idade avançada ou até mesmo falta de suporte familiar pode contribuir para a origem do quadro de ansiedade.
Hamester, Souza, Cielo, Moraes, & Pellanda, 2016; Aragão, Campos, Portugal, Gonçalves, Jesus Mari, & Fortes, 2018; Franzoi & Martins, 2016.	Identifica-se que a redução do apoio social e da rede familiar contribui para a não adesão ao tratamento e a dificuldade na expressão de sentimentos tanto em doenças físicas como mentais. A ansiedade é uma das alterações que as pessoas vêm sofrendo assim como a depressão, e o fato de alguns indivíduos disporem de suporte social, contribui para a adaptação e enfrentamento. Profissionais que elaboram estratégias de inclusão e fortalecimento da rede apoio social e familiar contribuem significativamente para a vida do paciente.
Cruz, Cruz, Cabrera, & Abellán, 2019.	Observa-se altos níveis de exaustão emocional, ansiedade, disfunção social e depressão que caracterizam a síndrome de Burnout, muito associado a pressão exercida no trabalho, preocupação excessiva no pessoal e na profissão e exaustão física. É possível identificar que alguns casos foram diminuindo em profissionais que praticavam exercício físico diário para manter enfrentamento do estresse diário.
Andretta, Limberger, Schneider, & Mello, 2018.	Analisasse que ansiedade, depressão e estresse desencadeiam sintomas prejudiciais à saúde mental interferindo negativamente no processo do tratamento de usuários de drogas, como o tabaco, impacto esse que se associa com sentimentos de desesperança, falta de suporte familiar e dificuldades diárias para o despertar da autoconfiança, autocontrole.
Perandré & Haydu, 2018.	Discute o uso da tecnologia como recurso terapêutico eficaz para a psicologia no tratamento de transtornos mentais, em complementariedade as outras práticas de tratamento para benefício do paciente.

Fonte: Autores.

Tabela 2. Caracterização bibliográfica.

Autor	Título	Ano	Método	Periódico
Silva & Herzog.	Psicofármacos e Psicoterápicos em Idosos	2015;	Pesquisa Documental de Abordagem Descritiva	Psicologia & Sociedade
Silva, Botti, Oliveira, & Azevedo Guimarães.	Perfil Epidemiológico dos Usuários de Benzodiazepínicos na Atenção Primária	2015	Estudo Epidemiológico Transversal	Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro
Hamester, Souza, Cielo, Moraes, & Pellanda.	Efetividade de Intervenções de Enfermagem nos níveis de ansiedade de familiares de pacientes submetidos a cirurgia cardíaca: Ensaio Clínico Randomizado	2016	Ensaio clínico randomizado	Revista Latino-Americana de Enfermagem
Aragão, Campos, Portugal, Gonçalves, Jesus Mari, & Fortes.	Padrões de Apoio na Atenção Primária a Saúde: diferenças entre doenças físicas ou transtornos mentais	2018	Estudo de corte transversal	Ciências & Saúde Coletiva
Antoniassi Junior, Oliveira, Cunha, Souza Beretta, & Figueiredo.	Levantamento Epidemiológico em Saúde Mental de um Município do Interior de Minas Gerais	2019	Pesquisa exploratória, transversal e quantitativa	Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção
Franzoi, & Martins.	Ansiedade de Crianças em Situação Cirúrgica e Percepções Emocionais Reportadas por seus Acompanhantes no	2016	Estudo descritiva, quantiqualitativa, de corte Transversal	Revista Mineira de Enfermagem

	Pré-Operatório: Um Estudo Exploratório			
Cruz, Cruz, Cabrera, & Abellán.	Fatores Relacionados à Probabilidade de Sofrer de Saúde Mental em Profissionais de Emergência	2019	Estudo descritivo, transversal e multicêntrico	Revista Latino-Americana de Enfermagem
Perandré, & Haydu.	Um Programa de Intervenção para Transtorno de Ansiedade Social com o Uso da Realidade Virtual	2018	Intervenção analítico-comportamental	Trends in Psychology/ Temas em Psicologia
Andretta, Limberger, Schneider, & Mello.	Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Usuário de Drogas em Tratamento em Comunidades Terapêuticas	2018	Questionário de Dados Sociodemográfico, e a Escala de DASS-21	Psico-USF, Bragança Paulista

Fonte: Autores.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), considerando somente a ansiedade, o número vai para 4% da população global afetada. O índice de prevalência é maior no sexo feminino entre duas a três vezes maior que os homens, onde afirma que as mulheres continuam frequentemente em estado de alerta, pois são vítimas de violência e assédio, entretanto, por mais que a assistência na Atenção Primária à Saúde se baseia no modelo biomédico, o aumento de diagnósticos de transtornos requer fortalecimento das práticas biopsicossociais e implementação de intervenções psicológicas (Antoniassi Junior et al., 2019).

Uma importante consideração é que a ansiedade também pode ser vista durante o envelhecimento mediante as limitações provocadas associada as vivências passadas. Minimizar os riscos do sofrimento deve ser feito através de estratégias que promovam o melhor enfrentamento, onde a assistência que até então focava na cura destine cuidado simultâneo com o uso de psicofármacos e psicoterapia (Silva & Herzog, 2015). Ademais, é perceptível avaliar que as redes de saúde promovem proteção biopsicossocial com ênfase em promover melhor adaptação a condições adversas que levem ao adoecer, atentando-se para a

associação de Doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) com contribuintes das doenças mentais (Aragão et al., 2018).

No tocante sociodemográfico percebe-se também que há predominância de ansiedade, assim como depressão e estresse, entre homens e mulheres em tratamento por uso de substâncias, onde a identificação do perfil favorece a entender o contexto social onde os mesmos se ajudam para poder pensar em alternativas que sejam mais favoráveis a forma de tratamento (Andretta et al., 2018).

Em concomitância, assim como outras causas de preocupação, outra vulnerabilidade para a ansiedade se estende ao procedimento cirúrgico que gera insegurança quando não há a devida orientação e informação. A hospitalização e a recuperação na unidade de alta complexidade tem sido fatores mais destacados pelos familiares pois a longa espera e poucas informações fornecidas podem influenciar na recuperação do paciente (Hamester et al., 2016). A análise de incidência em crianças e acompanhantes antes da submissão a intervenção cirúrgica permite analisar os desafios durante a assistência, devendo ser reconhecida as necessidades psicológicas, sociais e econômicas para prover os cuidados e evitar traumas à essa experiência. Sendo assim, é esperado que a equipe de atendimento em saúde contribuam de forma positiva na prática baseando-se em princípios de minimização da separação da criança e sua família, proverem sensação de alívio e minimização das dores, cabendo durante a prestação dos cuidados a transmissão de orientações no âmbito cirúrgico (Franzoi & Martins, 2016).

Salienta-se ainda que a utilização da farmacoterapia é um recurso existente onde a predominância do de ansiolíticos, como os benzodiazepínicos, evidencia procura mais acentuada por cessarem de forma rápida os sintomas em comparação à psicoterapia, no entanto, o uso descontrolado leva ao aumento da morbimortalidade. Assim, ainda que os serviços forneçam atendimento, o despreparo da equipe e falta de ampliação são parâmetros que precisam ser melhorados para que a Atenção Primária forneça assistência biopsicossocial. Em continuidade, a psico-educação se torna indispensável no tratamento oferecendo maiores benefícios à saúde da pessoa mesmo que em longo período de tempo (Silva et al., 2015).

Sob outra perspectiva, identifica-se a ansiedade, assim como outros problemas psicológicos em profissionais de saúde caracterizados pela exaustão emocional como fator desencadeante advindos da síndrome de Burnout. Alguns profissionais apresentam maior frequência de sintomas, gerando diminuição dos sentimentos de competência e realização, levando ao surgimento de atitudes negativas, e que para o melhor enfrentamento o indivíduo

deverá desenvolver estratégias comportamentais para controlar as condições estressantes e os problemas emocionais exercidos no trabalho e na vida pessoal (Cruz et al, 2019).

Nota-se que inúmeros são os recursos terapêuticos utilizados em favor do tratamento da ansiedade, tendo a tecnologia assumido aos poucos destaque nas formas terapêuticas. A usabilidade da psicoterapia em sessões virtuais em complementariedade ao tratamento de ansiedade generalizada e específica, permitem simular ambientes virtuais baseados em experiências reais ou fictícias estimulando reações de forma positiva a situações estressoras ou gatilhos para as crises de ansiedade proporcionando sentimento de confiança (Perandré & Haydu, 2018).

Contudo, em contexto geral a análise dos artigos mostra como a ansiedade pode desencadear prejuízos que interfiram na vida das pessoas e a importância do aperfeiçoamento assistencial e adoção de estratégias eficazes para o enfrentamento de barreiras existentes e ocasionadas pela ansiedade.

4. Considerações Finais

O impacto negativo encontrado nos resultados da pesquisa proporciona avaliar o cenário da ansiedade na vida das pessoas e como e em quais situações pode se manifestar. Nessa perspectiva identificasse que a ansiedade é responsável por originar muitos de sintomas psicossomáticos, como medo, preocupação e estresse, que reflete diretamente no organismo. A identificação precoce dos sintomas possui papel crucial para a minimização das consequências geradas na saúde, sendo assim, a atribuição de recursos terapêuticos oferece benefício no tratamento com o uso de psicofármacos e psicoterápicos de forma simultânea, ainda que seja preciso atentar-se para maior vigilância no uso de fármacos em decorrência dos efeitos prejudiciais que pode proporcionar, evidenciando que o preparo da equipe de saúde tem sido parâmetro fundamental no combate a ansiedade, na qual a assistência a ser fornecida seja qualificada, humanizada e com foco nas necessidades do indivíduo, atentando-se para maiores resultados quando feita a inserção da família.

Referências

Andretta, I., et al (2018). Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Usuários de Drogas em Tratamento em Comunidades Terapêuticas. *Psico-USF*, 23(2), 361-373. <https://doi.org/10.1590/1413-82712018230214>.

Aragão, E. I. S., et al (2018). Padrões de Apoio Social na Atenção Primária à Saúde: diferenças entre ter doenças físicas ou transtornos mentais. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(7), 2339-2350. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018237.21012016>.

Antoniassi Junior, G, Oliveira, S. M. F, Cunha, V. C. A, Beretta, R. C. S., & Figueiredo, G. L. A. (2019). Levantamento Epidemiológico em Saúde Mental de um Município do Interior de Minas Gerais. *Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção*, 9, 1-11. Retrieved from <https://www.escavador.com/sobre/7653652/gloria-lucia-alves-figueiredo>.

Costa, C. O, et al (2019). Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 68(2), 92-100. Epub August 26, 2019. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000232>.

Cruz de Sousa, L. P da, Vedana K. G. G., & Miasso A. I. (2016). Adesão ao Tratamento Medicamentoso por Pessoas com Transtorno de Ansiedade. *Cogitare Enfermagem*. 21(1): 01-11. DOI: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v21i1.43510>.

Cruz, S. P., et al (2019). Fatores relacionados à probabilidade de sofrer problemas de saúde mental em profissionais de emergência. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 27, e3144. Epub April 29, 2019. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3079-3144>.

Fernandes, M. A., Meneses, R. T de, Franco, S. L. G., Soares e Silva, J., & Feitosa, C. D. A. (2017) Transtornos de Ansiedade: Vivências de Usuários de um Ambulatório Especializado em Saúde Mental. *Revista de Enfermagem UFPE on line*, Recife. 11(10):3836-44. DOI: 10.5205/reuol.12834-30982-1-SM.1110201718.

Franzoi, M. A. H., & Martins, G. (2016). Ansiedade de Crianças em Situação Cirúrgica e Percepções Emocionais Reportadas por seus Acompanhantes no Pré-Operatório: Um Estudo Exploratório. *Revista Mineira de Enfermagem*. 20:e984. DOI: <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20160054>.

Hamester, L., Souza, E. N., Cielo, C., Moraes, M. A., & Pellanda, L. C. (2016). Efetividade de Intervenção de Enfermagem nos níveis de ansiedade de familiares de pacientes submetidos a cirurgia cardíaca: Ensaio Clínico Randomizado. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 24, 2729. DOI: 10.1590/1518-8345.0208.2729.

Perandré, Y. H. T., & Haydu, V. B. (2018). Um Programa de Intervenção para Transtorno de Ansiedade Social com o Uso da Realidade Virtual. *Trends in Psychology*, 26(2), 851-866. <https://dx.doi.org/10.9788/tp2018.2-12pt>.

Queirora, A. V., Araújo, H. V. S. de, Tavares, E. G., Oliveira Belo, R. M. de, Figueirêdo, T. R., & Silva Bezerra, S. M. M. da. (2017). Estratégias Educativas para Redução da Ansiedade dos Cuidadores de Crianças com Cardiopatia Congênita. *Revista. Fundam. Care. Online*, 9(4), 1061-1067. DOI: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2017.v9i4.1061-1067>.

Silva, J. C. da, & Herzog, L. M. (2015). Psicofármacos E Psicoterapia Com Idosos. *Psicologia & Sociedade*, 27(2), 438-448. Epub May 00, 2015. <https://doi.org/10.1590/1807-03102015v27n2p438>.

Silva, V. P., Botti, N. C. L., Oliveira, V. C. de, & Azevedo Guimarães, E. A. de. (2015). Perfil Epidemiológico dos Usuários de Benzodiazepínicos na Atenção Primária à Saúde. *Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro*, 5(1): 1393-1400. DOI: <https://doi.org/10.19175/recom.v0i0.546>.

Souza, M. T. de, Silva, M. D. da, & Carvalho, R. de. (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, 8(1), 102-106. <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>.

Soares, D. P., & Almeida, R. R. (2020). Intervenção e manejo de ansiedade em estudantes do ensino médio integrado. *Research, Society and Development*, 9(10), e3789106457. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i10.6457>.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Anna Thereza Ribeiro Pindaíba Moura- 11,1%

Ana Karina Viana Pereira- 11,1%

Bianca Maria De Souza Almeida- 11,1%

Camila Costa Campos- 11,1%

Luana Rocha Cabral- 11,1%

Maria Gabriela da Costa Sousa- 11,1%

Paloma da Silva Caminha- 11,1%

Adriana Rodrigues Alves de Sousa- 11,1%

Filipe Augusto de Freitas Soares- 11,1%