Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.06,2024

ISSN 2178-6925

ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES COM TRANSTORNO DE ANSIEDADE

NURSING ROLE IN PROMOTING THE MENTAL HEALTH OF ADOLESCENTS WITH ANXIETY DISORDERS

Carolina de Oliveira Traba

Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Presidente Antônio Carlos – Alfa UNIPAC Teófilo Otoni-MG. E-mail: trabacarolina@gmail.com

Lhais Serafim Oliveira

Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Presidente Antônio Carlos – Alfa UNIPAC Teófilo Otoni-MG. E-mail: serafimlhais86@gmail.com

Raisse Rodrigues de Sousa

Acadêmica do Curso de Enfermagem da Universidade Presidente Antônio Carlos – Alfa UNIPAC Teófilo Otoni-MG. E-mail: raissesousa20@gmail.com

Martha Honorato da Silva

Docente do curso de Enfermagem da Faculdade Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni – MG. E-mail: marthahonoratosilva@gmail.com

Resumo

O transtorno de ansiedade na adolescência é uma preocupação crescente de saúde mental, com impactos significativos na vida dos jovens. A enfermagem desempenha um papel fundamental na promoção do bem-estar mental e na gestão desse transtorno, adotando uma abordagem integrada que combina intervenções medicamentosas ou não. Essa atuação tem um papel importante na educação e orientação dos adolescentes e suas famílias. Os enfermeiros devem fornecer informações sobre os sinais e sintomas da ansiedade, destacar a importância do tratamento multidisciplinar e incentivar a busca por apoio profissional durante momentos de crise. A abordagem centrada na pessoa é uma característica fundamental da prática de enfermagem em saúde mental. Os enfermeiros reconhecem a individualidade de cada adolescente e trabalham em colaboração com eles para desenvolver planos de cuidados personalizados que atendam às suas necessidades específicas. Isso inclui a promoção de estratégias de enfrentamento saudáveis, o fortalecimento da autoestima e o estabelecimento de vínculos terapêuticos que promovam o bem-estar emocional e a resiliência. Este estudo foi realizado através de revisão bibliográfica. Esta pesquisa possibilita aos profissionais da enfermagem a elaboração de estratégias que atendam às necessidades reais de saúde mental dos adolescentes, que muitas vezes são negligenciadas devido à sua menor frequência nos serviços de saúde.

Palavras-chaves: Ansiedade. Adolescente. Enfermeiros. Enfermagem.

ISSN 2178-6925

Abstract
Adolescent anxiety disorder is a growing mental health concern, with significant impacts on the lives of young people. Nursing plays a fundamental role in promoting mental well-being and managing this disorder, adopting an integrated approach that combines pharmacological and non-pharmacological interventions. This activity plays an important role in the education and guidance of adolescents and their families. Nurses should provide information about the signs and symptoms of anxiety, highlight the importance of multidisciplinary treatment and encourage the search for professional support during times of crisis. The person-centered approach is a fundamental characteristic of mental health nursing practice. Nurses recognize each adolescent's individuality and work collaboratively with them to develop personalized care plans that meet their specific needs. This includes promoting healthy coping strategies, strengthening self-esteem, and establishing therapeutic bonds that promote emotional well-being and resilience. This study was carried out through a literature review. This research enables nursing professionals to develop strategies that meet the real mental health needs of adolescents, which are often neglected due to their lower frequency in health services.
Keywords: Anxiety. Adolescent. Nurses. Nursing.

1. INTRODUÇÃO

O cuidado em saúde mental por parte dos enfermeiros representa um desafio significativo, especialmente quando se trata do público adolescente. Além de desenvolver uma abordagem de assistência centrada nas necessidades individuais do jovem, visando sua independência e autonomia, é crucial fomentar uma relação próxima entre enfermeiro e adolescente, baseada na construção de um vínculo sólido. Isso inclui a criação de um Projeto Terapêutico Singular (PTS) adaptado às especificidades do adolescente, enquanto se mantém uma base científica sólida na prática de enfermagem (BEZERRA, FERREIRA, PORTELA, 2024).

É amplamente reconhecido que a saúde mental é um componente fundamental da saúde geral, indo além da mera ausência de transtornos mentais ou deficiências. Ela representa um estado de bem-estar abrangente que capacita o indivíduo a desempenhar suas atividades de forma eficaz, a lidar adaptativamente com os desafios da vida, a trabalhar com produtividade e a contribuir positivamente para a comunidade em que está inserido (GALVÃO, 2019).

Promover a saúde mental entre adolescentes implica oferecer recursos que promovam seu bem-estar físico, emocional e social, capacitando-os a cultivar a resiliência, a habilidade de enfrentar e superar os desafios que surgem em suas vidas (GONÇALVES, 2022).

Este estudo tem como objetivo geral investigar e compreender a atuação da enfermagem na promoção da saúde mental de adolescentes com transtorno de ansiedade, visando identificar estratégias eficazes, desafios enfrentados e

ISSN 2178-6925

oportunidades para otimizar a prestação de cuidados de enfermagem nesse contexto específico. Por meio dessa pesquisa, busca-se contribuir para o desenvolvimento de intervenções mais efetivas e centradas no paciente, que possam melhorar o bem-estar psicológico e a qualidade de vida dos adolescentes afetados por esse transtorno.

A fim de estudar a atuação da enfermagem no tema abordado questiona-se: Como os enfermeiros podem otimizar sua atuação na promoção da saúde mental de adolescentes com transtorno de ansiedade, considerando os desafios específicos enfrentados por essa população e as melhores práticas em intervenções de enfermagem?

Esta pesquisa justifica-se, devido à relevância e à complexidade dessa questão no contexto da saúde pública e da prática clínica. Os adolescentes representam uma fase crucial do desenvolvimento, onde fatores biológicos, psicológicos e sociais se entrelaçam de maneira única, influenciando diretamente sua saúde mental. O transtorno de ansiedade é uma das condições mais prevalentes nessa faixa etária, podendo ter impactos significativos na qualidade de vida, no desempenho acadêmico e nas relações sociais dos jovens afetados.

Além disso, adolescentes muitas vezes enfrentam barreiras para acessar cuidados de saúde mental, devido ao estigma, à falta de informação e à escassez de recursos adequados. Nesse sentido, entender como os enfermeiros podem otimizar sua atuação para promover a saúde mental desses adolescentes é fundamental para fornecer cuidados eficazes, abordagens inovadoras e intervenções personalizadas que possam ajudar a mitigar o impacto do transtorno de ansiedade nessa população vulnerável. Por meio desse estudo, será possível identificar as melhores práticas, superar desafios específicos e contribuir para o avanço do conhecimento e da prática clínica em saúde mental adolescente.

2. METODOLOGIA

Este estudo pode ser caracterizado como não experimental, em que o pesquisador observa, analisa e registra variáveis com o intuito de provocar alterações no ambiente pesquisado, porém sem manipular dados. Realizado através de revisão bibliográfica que de acordo com Amaral (2007), é fundamental em qualquer trabalho científico, pois influenciará todas as etapas de uma

ISSN 2178-6925

investigação, na medida em que o embasamento teórico corrobora com as hipóteses.

Os critérios para utilização e inclusão das referências no estudo foram: artigos científicos disponíveis na íntegra e publicados em revistas, disponível em língua portuguesa e publicados no período de cinco anos, excetos autores clássicos, as principais bases de dados foram: Google acadêmico, LILACS, PubMed/Medline, Scielo Online.

Após uma análise cuidadosa das fontes selecionadas, as informações foram organizadas no trabalho, priorizando a apresentação dos dados mais abrangentes antes dos detalhes específicos, buscando relacioná-las com as disciplinas estudadas durante o curso. Além disso, há alguns pontos de vista pessoais, mantendo um tom técnico, e procurou-se abordar todas as percepções da pesquisa de forma abrangente.

3. REVISÃO DE LITERATURA

A promoção da saúde mental entre adolescentes com transtorno de ansiedade é uma área crucial na prática da enfermagem. A atuação dos enfermeiros nesse contexto envolve uma abordagem holística que abrange desde a identificação precoce dos sinais de ansiedade até a implementação de intervenções terapêuticas e educacionais que visam melhorar a qualidade de vida dos jovens (OLIVEIRA, MARQUES, 2024).

Os transtornos de ansiedade são comuns durante a adolescência, um período marcado por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais. A identificação precoce é fundamental para prevenir a cronificação desses transtornos e suas consequências negativas na vida adulta. Enfermeiros, como profissionais de saúde que frequentemente têm contato direto com os adolescentes, estão em uma posição privilegiada para desempenhar um papel central na promoção da saúde mental (GONÇALVES, 2022).

A prática da enfermagem na promoção da saúde mental de adolescentes com transtorno de ansiedade inclui a realização de triagens e avaliações sistemáticas para identificar sinais e sintomas de ansiedade. Essas avaliações devem ser conduzidas de maneira sensível e respeitosa, garantindo que os adolescentes se sintam seguros e compreendidos. Além disso, é essencial que os

ISSN 2178-6925

enfermeiros estejam bem informados sobre os diferentes tipos de transtornos de ansiedade, suas manifestações clínicas e os fatores de risco associados (OLIVEIRA, MARQUES, 2024).

Uma vez identificada a ansiedade, os enfermeiros devem implementar intervenções baseadas em evidências que podem incluir técnicas de relaxamento, treinamento em habilidades de enfrentamento, e programas de educação sobre saúde mental. Essas intervenções visam não apenas reduzir os sintomas de ansiedade, mas também fortalecer a resiliência e a capacidade dos adolescentes de lidar com o estresse. A educação em saúde desempenha um papel importante, ajudando os adolescentes a compreenderem melhor sua condição e as opções de tratamento disponíveis, o que pode reduzir o estigma associado aos transtornos mentais (GONÇALVES, 2022).

O suporte emocional é uma componente crucial da atuação da enfermagem. Os enfermeiros devem estabelecer uma relação de confiança com os adolescentes, oferecendo um ambiente acolhedor onde eles se sintam confortáveis para expressar suas preocupações e medos. A empatia e a comunicação eficaz são habilidades essenciais que permitem aos enfermeiros fornecer o apoio necessário e orientar os adolescentes e suas famílias no processo de tratamento (TEIXEIRA et al., 2020).

Além das intervenções diretas, os enfermeiros também desempenham um papel importante na coordenação do cuidado. Isso pode envolver o encaminhamento para outros profissionais de saúde mental e a colaboração com escolas e comunidades para garantir que os adolescentes recebam um suporte abrangente e contínuo. A promoção da saúde mental não se limita ao ambiente clínico, mas se estende para todos os contextos onde o adolescente vive e interage (TAVARES et al., 2022)

Além das estratégias mencionadas, é crucial que os enfermeiros reconheçam e abordem os determinantes sociais da saúde que podem influenciar a saúde mental dos adolescentes. Fatores como ambiente familiar, condições socioeconômicas, e experiências de discriminação ou trauma desempenham um papel significativo no desenvolvimento e na manutenção dos transtornos de ansiedade.

A formação e o desenvolvimento contínuo dos enfermeiros são fundamentais para a eficácia dessas intervenções. Programas de educação e

ISSN 2178-6925

treinamento devem incluir conteúdos atualizados sobre saúde mental na adolescência, estratégias de intervenção baseadas em evidências e habilidades de comunicação. Isso garante que os enfermeiros estejam preparados para enfrentar os desafios complexos associados ao cuidado de adolescentes com transtorno de ansiedade (OLIVEIRA, MARQUES, 2024).

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atuação do enfermeiro na vida de adolescentes com ansiedade é multifacetada, abrangendo desde a prevenção até o tratamento e o acompanhamento contínuo. Envolve a aplicação de conhecimentos teóricos e práticos para fornecer cuidados holísticos, sensíveis e baseados em evidências.

A avaliação contínua da saúde mental dos adolescentes é essencial. Os enfermeiros utilizam ferramentas de triagem e avaliação para monitorar a gravidade dos sintomas de ansiedade e a eficácia das intervenções implementadas. O acompanhamento regular permite ajustes no plano de cuidado e a identificação precoce de qualquer exacerbação dos sintomas.

A atuação dos enfermeiros na promoção da saúde mental de adolescentes com transtorno de ansiedade é, portanto, um esforço abrangente que envolve educação, intervenções terapêuticas, suporte emocional, colaboração interdisciplinar e advocacia. Ao adotarem uma abordagem centrada no paciente e baseada em evidências, os enfermeiros podem fazer uma diferença significativa na vida dos adolescentes, ajudando-os a gerenciar a ansiedade e alcançar uma melhor qualidade de vida.

4.1 Transtorno de Ansiedade na Adolescência

No início do século XIX, Augustin-Jacob Landré-Beuvais (1772-1840) foi um dos primeiros a descrever a ansiedade como uma disfunção da atividade mental, em 1813, delineando-a como uma síndrome que envolve aspectos emocionais e reações fisiológicas. Posteriormente, em 1844, Jean Baptiste Félix Descurate (1795-1872) associou a ansiedade a doenças em seu livro "A Medicina das Paixões". Em 1850, Otto Domrich fez a primeira descrição do que hoje é conhecido como transtorno de pânico. Em 1871, Jacob Mendez da Costa (1833-

ISSN 2178-6925

1900) relatou novos casos de pânico, denominando-os de "síndrome do coração irritável". Finalmente, em 1880, Karl Westphal (1833-1890) descreveu os sintomas presentes em fobias específicas e no transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) (VIANNA, CAMPOS FERNANDEZ, 2009).

Segundo a definição da Organização Mundial da Saúde (OMS), a adolescência abrange o período dos 10 aos 19 anos, marcando a transição da infância para a vida adulta. Durante essa fase crucial, os primeiros sintomas de doenças podem surgir, uma vez que os adolescentes enfrentam novas responsabilidades e vulnerabilidades, estando expostos a diversas situações que afetam sua saúde mental. Esses problemas podem persistir ao longo da vida adulta (RODRIGUES TAS, et al., 2020; ARAUJO JKM, et al., 2018; ASSIS SG, et al., 2020).

Os adolescentes apresentam diversidade de grupos, atitudes, comportamentos, gostos, valores e filosofia de vida, bem como, buscam respostas para a sua existência, colocam em xeque os paradigmas sociais e culturais e neste movimento, por vezes se rebelam e em tantos outros momentos, se revelam como seres em (trans) formação (FRANCO *et al.*, 2020, p. 288).

Nesse sentido, a atenção integral à saúde de adolescentes apresenta-se como desafio, por tratar-se de grupo social em fase de grandes e importantes transformações psicobiologias, articuladas a um envolvimento social e ao redimensionamento da identidade e dos novos papéis sociais que vão assumindo (AYRES; FRANÇA JÚNIOR, 1996).

O transtorno de ansiedade na adolescência é caracterizado por um estado persistente de preocupação, medo ou apreensão excessiva em relação a situações específicas ou a vida em geral. Esses sentimentos podem ser acompanhados por sintomas físicos, como: tensão muscular, sudorese, palpitações e problemas gastrointestinais. Há casos, em que os adolescentes podem evitar situações que desencadeiam sua ansiedade, o que pode prejudicar significativamente sua vida diária e seu funcionamento social (ELIA, 2023).

Ideia também citada por Morais, Crippa e Loureiro (2009) que diziam que as manifestações clínicas associadas aos Transtornos de Ansiedade (TAs) podem resultar em impactos significativos no funcionamento cotidiano das pessoas. A ansiedade patológica frequentemente leva os pacientes a desenvolverem estratégias de recusa para evitar situações que os deixam ansiosos. Além dos

ISSN 2178-6925

efeitos imediatos na funcionalidade, como prejuízos no desempenho das tarefas diárias, existem implicações de médio e longo prazo, como a redução da autoestima e a perda de interesse pela vida.

Uma das características distintivas do transtorno de ansiedade na adolescência é a preocupação excessiva e desproporcional em relação a eventos futuros, como desempenho acadêmico, relações interpessoais, saúde ou segurança pessoal. Essa preocupação persistente pode interferir no desempenho escolar, nas relações familiares e sociais e no desenvolvimento saudável da identidade adolescente (ALMEIDA, BRANDÃO 2023).

Os transtornos de ansiedade podem assumir várias formas na adolescência, incluindo transtorno de ansiedade generalizada (TAG), fobias específicas, transtorno de ansiedade social, transtorno de pânico e transtorno obsessivo-compulsivo (TOC). Embora esses transtornos possam ser debilitantes, é importante reconhecer que existem opções eficazes de tratamento disponíveis (ELIA, 2023).

No entanto, muitos adolescentes com transtorno de ansiedade não recebem o apoio necessário devido a vários fatores, incluindo estigma associado à saúde mental, falta de acesso a serviços adequados e dificuldades em reconhecer e comunicar seus próprios sentimentos e experiências (ALMEIDA, BRANDÃO 2023).

Os transtornos de ansiedade são algumas das condições mentais mais comuns entre adolescentes em todo o mundo. Estudos epidemiológicos sugerem que a prevalência dos transtornos de ansiedade na adolescência varia consideravelmente, dependendo de diversos fatores, incluindo a região geográfica, metodologia de pesquisa e definições diagnósticas utilizadas. No entanto, em geral, esses transtornos são amplamente reconhecidos como um problema significativo de saúde pública entre os adolescentes (ZORZAL, BATISTA, 2023).

O transtorno de ansiedade social (TAS), também conhecido como fobia social, é reconhecido como um dos transtornos de ansiedade mais prevalentes, representando um significativo desafio de saúde pública. Estima-se que sua prevalência varie entre 2,6% e 16%, dependendo dos critérios diagnósticos utilizados. No entanto, destaca-se que essa condição clínica muitas vezes é sub-reconhecida e subdiagnosticada (MORAIS, CRIPPA, LOUREIRO, 2009).

ISSN 2178-6925

Uma das razões para essa subestimação reside na sua associação frequente com comorbidades, tais como depressão, distimia, abuso de substâncias, ideação suicida, transtornos alimentares e outros transtornos de ansiedade. A presença dessas comorbidades pode mascarar ou complicar o diagnóstico, dificultando a identificação precisa da condição (MORAIS, CRIPPA, LOUREIRO, 2009).

Tavares et al., (2022) dizem que a prevalência dos transtornos de ansiedade é muito variável. Em seu estudo demonstraram uma pesquisa de Tourinho et al., 2020 em que a prevalência da ansiedade na população de 7 a 14 anos foi cerca de 5,2%, sendo mais comum no gênero feminino, já na pesquisa de Venâncio et al., 2022 também apresentada, a prevalência de ansiedade em adolescentes variou entre 15 a 20%, também sendo mais comum no gênero feminino. Devido a heterogeneidade das manifestações clínicas dos transtornos mentais na adolescência, as pessoas podem manifestar vários transtornos psiquiátricos, como o Transtorno de Ansiedade Generalizado (TAG), psicose e depressão.

4.2 Intervenções de Enfermagem para Adolescente com Transtorno de Ansiedade: Ênfase em Medidas para prevenção e controle da ansiedade no adolescente

As intervenções de enfermagem podem desempenhar um papel crucial no cuidado de adolescentes com transtorno de ansiedade, visando proporcionar suporte emocional, promover habilidades de enfrentamento e facilitar o acesso a recursos e tratamentos adequados. Essas intervenções são baseadas em uma compreensão abrangente das necessidades individuais do adolescente e são adaptadas para atender às suas preocupações específicas (GROSSMAN, RUZANY, TAQUETTE, 2008).

Uma intervenção fundamental é a avaliação inicial (anamnese), na qual o enfermeiro realiza uma avaliação abrangente das necessidades do adolescente, incluindo a gravidade dos sintomas de ansiedade, fatores desencadeantes, histórico médico e social, e a presença de comorbidades. Essa avaliação serve como base para o desenvolvimento de um plano de cuidados individualizado (OLIVEIRA, MARQUES, 2024).

ISSN 2178-6925

Com base nessa avaliação, os enfermeiros implementam estratégias educativas abrangentes. Eles fornecem informações detalhadas sobre os sintomas da ansiedade, os possíveis desencadeadores e as técnicas de enfrentamento disponíveis. Além disso, educam os adolescentes sobre a importância do autocuidado, incluindo a adoção de uma dieta equilibrada, prática regular de atividade física e hábitos de sono saudáveis. Isso pode incluir uma combinação de intervenções terapêuticas, como terapia cognitivo-comportamental, terapia de exposição, técnicas de relaxamento, exercícios físicos, atividades criativas e suporte psicossocial (TEIXEIRA et al., 2020).

Uma das principais estratégias das abordagens centradas na pessoa é a criação de um ambiente de cuidado empático e acolhedor. Os enfermeiros desenvolvem uma relação terapêutica com o adolescente, demonstrando empatia, respeito e aceitação incondicional. Eles ouvem atentamente as preocupações do adolescente, validam suas experiências emocionais e trabalham em colaboração para identificar objetivos de tratamento realistas e alcançáveis (OLIVEIRA, MARQUES, 2024).

Um componente importante da estratégia de intervenções de enfermagem é a educação sobre o transtorno de ansiedade, seus sintomas e tratamentos disponíveis. Isso inclui fornecer informações claras e precisas ao adolescente e à sua família, ajudando-os a entender a natureza do transtorno e os passos que podem ser tomados para gerenciar os sintomas (GROSSMAN, RUZANY, TAQUETTE, 2008).

As estratégias de intervenção podem incluir técnicas de relaxamento, como respiração profunda, relaxamento muscular progressivo e *mindfulness*, que ajudam o adolescente a reduzir a ansiedade e promover um estado de calma. Além disso, os enfermeiros podem ensinar habilidades de enfrentamento, como reestruturação cognitiva e resolução de problemas, para ajudar o adolescente a lidar com pensamentos negativos e preocupações excessivas (TEIXEIRA et al., 2020).

Outra intervenção importante é o apoio emocional, proporcionando um ambiente seguro e de apoio onde o adolescente possa expressar seus medos e preocupações sem julgamento. Isso pode envolver sessões de aconselhamento individual ou em grupo, onde o adolescente pode compartilhar suas experiências com outros que estão passando por situações semelhantes (GROSSMAN, RUZANY, TAQUETTE, 2008).

ISSN 2178-6925

No aspecto das habilidades de enfrentamento, os enfermeiros trabalham em estreita colaboração com os adolescentes para desenvolver estratégias adaptativas para lidar com situações estressantes. Isso pode envolver a identificação e a correção de padrões de pensamento negativos, a prática de habilidades de resolução de problemas e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento positivas (OLIVEIRA et al., 2023).

Além disso, os enfermeiros oferecem um ambiente de apoio emocional, onde os adolescentes se sintam seguros para expressar seus sentimentos e preocupações. Eles são treinados para ouvir atentamente, validar as experiências dos adolescentes e fornecer orientação e suporte individualizado conforme necessário (OLIVEIRA et al., 2023).

Os enfermeiros também oferecem suporte contínuo ao longo do processo de tratamento, monitorando de perto o progresso do adolescente, fornecendo feedback construtivo e ajustando o plano de cuidados conforme necessário. Eles estão sempre disponíveis para oferecer orientação, esclarecer dúvidas e fornecer apoio emocional durante os momentos de dificuldade (GROSSMAN, RUZANY, TAQUETTE, 2008).

Um dos principais cuidados à pessoa com ansiedade volta-se ao cuidado farmacológico. Em momentos de crise, faz-se necessária a utilização de medicamentos psicotrópicos (TEIXEIRA et al., 2020).

Destaca-se a importância do enfermeiro em orientar que o tratamento farmacológico deve ser complementado pelo tratamento não farmacológico, como psicoterapias e participação em reuniões de grupo, visando abordar as raízes das crises de ansiedade e depressão (ABREU, 2020). Durante o tratamento medicamentoso, é fundamental que sejam realizados cuidados de enfermagem, incluindo a verificação dos sinais vitais antes e após a administração ou ingestão do medicamento, bem como a vigilância atenta aos possíveis efeitos adversos ou colaterais. Estes podem incluir mania, hipomania, impulsividade, náuseas, anorexia, insônia, perda da libido, agitação, hipotensão ortostática grave, edemas nos membros inferiores, diarreia, convulsões, tremores, aumento da pressão ocular, retenção urinária, taquicardia, confusão mental, entre outros. É importante destacar que muitas vezes o abandono do tratamento está relacionado à manifestação desses efeitos colaterais (OLIVEIRA et al., 2014).

ISSN 2178-6925

Nos casos de ansiedade, são comumente prescritos medicamentos ansiolíticos, entre os quais se destacam o Diazepam, Clonazepam, Midazolam, Alprazolam e Lorazepam. Esses fármacos atuam diretamente na modulação do ácido gama-aminobutírico (GABA), o principal neurotransmissor inibitório do sistema nervoso central (NERI; TESTON; ARAÚJO, 2020). Os benzodiazepínicos, que compreendem uma classe de medicamentos frequentemente utilizados no tratamento da ansiedade, apresentam diversas funções, tais como efeitos ansiolíticos, relaxantes musculares, anticonvulsivantes e hipnóticos. No entanto, o uso prolongado dessas substâncias, mesmo em doses baixas, pode acarretar efeitos adversos, como fadiga, confusão mental, cefaleia, hipotensão postural, amnésia e tontura.

É relevante ressaltar que os barbitúricos, anteriormente empregados para o tratamento de transtornos ansiosos, foram gradualmente substituídos pelos benzodiazepínicos devido aos riscos associados ao seu uso. Esses riscos incluem uma alta incidência de mortes por ingestão acidental, além do emprego desses fármacos em casos de homicídios e suicídios. Além disso, o uso de barbitúricos está associado frequentemente ao surgimento de sintomas como taquicardia, hipotermia, perda dos reflexos e até mesmo insuficiência cardíaca (SILVA, 2021).

Atualmente, está cada vez mais comum o uso de antidepressivos no tratamento de crises de ansiedade. Esta abordagem é motivada pelo fato de que, nestes casos, os antidepressivos são geralmente bem tolerados pelo organismo e tendem a reduzir os casos de dependência química. Consequentemente, eles têm sido reconhecidos como uma opção de tratamento de primeira linha para uma variedade de transtornos de ansiedade. Exemplos comuns incluem a Sertralina, Paroxetina, Fluoxetina, Fluvoxamina e Escitalopram (LEVITAM, 2011). Além dos cuidados relacionados à terapia medicamentosa, a prática de enfermagem também se concentra em intervenções não farmacológicas.

No processo de avaliação do adolescente, é essencial que o enfermeiro esteja apto a direcioná-lo e/ou integrá-lo nas iniciativas abrangentes de saúde mental da Rede de Atenção Psicossocial. Especialmente nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), onde os enfermeiros desempenham um papel central, é crucial acolher os adolescentes e encaminhá-los aos diversos profissionais de saúde mental disponíveis na rede. Além disso, a comunicação terapêutica desempenha um papel fundamental nesse processo, incluindo a expressão de

ISSN 2178-6925

afeto por meio de palavras reconfortantes, o estímulo ao fortalecimento da autoestima e o respeito ao ritmo individual do adolescente e às suas escolhas pessoais (SILVA, 2021).

O enfermeiro tem a capacidade de organizar grupos que propiciem a troca de experiências entre os adolescentes afetados pela ansiedade, além de facilitar rodas de conversa envolvendo familiares e amigos que também enfrentam essa situação. A prestação de cuidados em grupo pode gerar resultados bastante positivos, contribuindo para o desenvolvimento do autoconhecimento e da conscientização em relação ao problema. Isso, por sua vez, facilita a compreensão e aceitação do tratamento, fortalece os laços entre os participantes e, especialmente, promove a autonomia no processo de recuperação (SILVA, 2021).

Consequentemente, a assistência de enfermagem não deve limitar-se apenas ao indivíduo com ansiedade e depressão, mas também deve abranger os familiares e pessoas próximas, que são diretamente afetados pela condição. É crucial que o enfermeiro forneça orientações aos familiares e amigos sobre os sinais e sintomas da ansiedade e depressão, destacando a importância do tratamento tanto farmacológico quanto não farmacológico, além de enfatizar a necessidade de oferecer apoio e acolhimento durante momentos de crise (SILVA, 2021).

Por fim, os enfermeiros enfatizam a importância da intervenção precoce e do acesso aos serviços de saúde mental. Eles colaboram com outros profissionais de saúde para garantir que os adolescentes recebam o tratamento adequado, incluindo terapia cognitivo-comportamental, terapia medicamentosa e suporte psicossocial, conforme necessário para gerenciar sua ansiedade de maneira eficaz (TEIXEIRA et al., 2020).

Além disso, os enfermeiros estão bem posicionados para fornecer suporte e orientação à família do adolescente, ajudando-os a entender o transtorno de ansiedade e a desenvolver estratégias eficazes de apoio em casa (TEIXEIRA et al., 2020).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quando o transtorno de ansiedade se manifesta durante a adolescência e não é tratado adequadamente, aumenta o risco de que a condição se agrave

ISSN 2178-6925

progressivamente ao longo da vida. Isso ressalta a importância de intervenções precoces e tratamentos adequados para evitar complicações futuras.

Em resumo, as intervenções de enfermagem para adolescentes com transtorno de ansiedade são centradas no paciente, adaptadas às necessidades individuais e visam proporcionar suporte emocional, educação, habilidades de enfrentamento e coordenação do cuidado, tudo com o objetivo de melhorar o bem-estar mental e a qualidade de vida do adolescente.

Assim conclui-se que este estudo atingiu os objetivos propostos de investigar e compreender a atuação da enfermagem na promoção da saúde mental de adolescentes com transtorno de ansiedade, visando identificar estratégias eficazes, desafios enfrentados e oportunidades para otimizar a prestação de cuidados de enfermagem nesse contexto específico. Esta análise possibilita aos profissionais a elaboração de estratégias que atendam às necessidades reais de saúde mental dos adolescentes, que muitas vezes são negligenciadas devido à sua menor frequência nos serviços de saúde. Destaca-se a importância de que mais pesquisas sejam realizadas e com mais opções metodológicas como pesquisas experimentais.

REFERÊNCIAS

ABREU, C. M. **Antidepressivos: Para Além Da Depressão.** 2020. 86f. 2020. Disponível em: <https://sapientia.ualg.pt/bitstream/10400.1/15273/1/Tese%20%20Catarina%20Abreu%20202 0.pdf>. Acesso em: 13/05/2024.

ALMEIDA, TF; BRANÃO MBS**. Níveis De Ansiedade Entre Adolescentes No Cotidiano Escolar: Estratégias Institucionais De Combate A Ansiedade Para Estudantes Dos Cursos Técnicos Integrado Ao Ensino Médio Do IFRR.** 2023. Ciências da Saúde, Volume 26 – Edição 129/DEZ 2023. Disponível em: <https://revistaft.com.br/niveis-de-ansiedade-entre-adolescentes-no-cotidiano-escolar-estrategias-institucionais-de-combate-a-ansiedade-para-estudantes-dos-cursos-tecnicos-integrado-ao-ensino-medio-do-ifrr/>. Acesso em: 20/04/2024.

ARAUJO JKM, et al. **Gravidez Na Adolescência: Atuação E Desafio Do Enfermeiro Na Sua Prevenção.** Revista Saúde-UNG-Ser, 2018; 11(1): 22.

ASSIS SG, et al. **O Tema Da Adolescência Na Saúde Coletiva-Revisitando 25 Anos De Publicações**. Ciência & Saúde Coletiva, 2020; 25: 4831-4842.

AYRES, J. R. C. M.; FRANÇA JÚNIOR**, I. SAÚDE DO ADOLESCENTE**. *In:* SCHARAIBER, L. B.; NEMES, M. I. B.; GONÇAVES, R. B. M. (org.). Saúde do Adulto - Programas e Ações na Unidade Básica. São Paulo: Ed. Hucitec, 1996. p. 66-85.

BEZERRA, E. A. do A.; FERREIRA, A. A.; PORTELA, L. da C. **Diagnóstico De Enfermagem Em Saúde Mental Infantojuvenil**. 2024. Disponível em: < https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/13700/8284> Acesso em: 05/03/2024.

ELIA, J. **Transtorno De Ansiedade Generalizada Em Crianças E Adolescentes.** 2023. Disponível em: < https://www.msdmanuals.com/pt-br/profissional/pediatria/transtornos-psiqui%C3%A1tricos-em-crian%C3%A7as-e-adolescentes/transtorno-de-ansiedade-generalizada-em-crian%C3%A7as-e-adolescentes>. Acesso em: 10/05/2024.

FRANCO, E. C. D. *et al***. A Oficina Educativa No Enfrentamento Do Bullying: Uma Experiência Com Adolescentes Institucionalizados.** Revista Extensão em Foco, Palotina, n. 21, p. 286-300, 2020.

GALVÃO, A. "***Coaching"* De Saúde E Bem-Estar Na Promoção Da Saúde Mental**. 2019. Disponível em: < https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/21276/1/n22a01.pdf>. Acesso em: 05/03/2024.

GONÇALVES, J. C. **Estudo Dos Fatores Determinantes De Transtornos Mentais Em Adolescentes: Revisão Sistemática.** 2022. Disponível em: < https://interfaces.unileao.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/523/383>. Acesso em: 01/03/2024.

GROSSMAN, E; RUZANY, MH; TAQUETTE, SR. **A Consulta Do Adolescente E Jovem.** Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção a Saúde Departamento de Ações. Programáticas Estratégicas. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.

LEVITAN, M. N. et al. **Diretrizes Da Associação Médica Brasileira Para O Tratamento Do Transtorno De Ansiedade Social.** Brazilian Journal of Psychiatry**.** São Paulo, v. 33, n. 3. p. 292-302. set. 2011. Doi: https://doi.org/10.1590/S1516-44462011000300014

MORAIS, VL; CRIPPA, JÁ; LOUREIRO, SR. **Os Prejuízos Funcionais De Pessoas Com Transtorno De Ansiedade Social: Uma Revisão.** 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/LdyyPqFKwRx6t9yBHqDMGqc/#>. Acesso em: 10/05/2024.

NERI, J. V. D.; TESTON, A. P. M.; ARAÚJO, D. C. M. **Uso De Ansiolíticos E Antidepressivos Por Acadêmicos Da Área Da Saúde: Uma Revisão Bibliográfica.** Brazilian Journal of Development. Curitiba, v. 6, n. 10, p. 75673-75686.

OLIVEIRA, C. R. S. et al. **Principais Medicamentos Da Saúde Mental Da Aps. In: SOARES, M; PESSOA, F. S. (Orgs.). A Saúde Mental E A Saúde Da Família: Rastreamento E Acompanhamento Em Saúde Mental**. UFMA/UNA-SUS, São Luís, v. 12, n. 3, p.7-38, 2014. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/1701/1/Mod12.Un3.pdf>. Acesso em: 13/05/2024.

OLIVEIRA, CAF; MARQUES RM. **Contribuição Da Consulta De Enfermagem Na Identificação Precoce De Sintomas De Ansiedade Em Adolescentes. Enfermagem Na Linha De Frente: Experiências E Lições Aprendidas.** 2024. Disponível em: <https://www.atenaeditora.com.br/catalogo/dowload-post/84324>. Acesso em: 13/05/2024.

RODRIGUES TAS, et al. **Adolescentes Usuários De Serviço De Saúde Mental: Avaliação Da Percepção De Melhora Com O Tratamento.** J Bras Psiquiatr, 2020; 4: 103-110.

SILVA, ER**. A Enfermagem Frente À Ansiedade E Depressão Em Adolescentes: Uma Revisão Narrativa.** 2021. Disponível em: < https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/prefix/15528/1/21710095.pdf>. Acesso: 13/05/2024.

TAVARES, JMAD et al. **Fatores De Risco E Prevenção Dos Transtornos De Ansiedade Na Adolescência: Uma Revisão Narrativa.** Revista Eletrônica Acervo Saúde | ISSN 2178-2091. 2022. Disponível em: < https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11353/6719>. Acesso em: 13/05/2024.

TEIXEIRA LA, et al**. Necessidades De Saúde Mental De Adolescentes E Os Cuidados De Enfermagem: Revisão Integrativa.** 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/sxfq53q5mHTcVrXRmmXdKSp/?lang=pt#>. Acesso em: 13/05/2024.

ISSN 2178-6925

VIANA, RRAB; CAMPOS AA; FERNANDEZ, JL. **Transtornos De Ansiedade Na Infância E Adolescência: Uma Revisão**. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, 2009, Volume 5, Número 1. DOI: 10.5935/1808-5687.20090005.

ZORZAL, RC; BATISTA, JG. **Aspectos Gerais, Prevalência, Gatilhos E Estratégias De Enfrentamento Da Ansiedade Na Performance Musical**. v. 29, p. 1-28, 2023. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20504/opus2023.29.07>. Acesso em: 13/05/2024.