

Revisão Narrativa Acerca do Conceito de Ansiedade em Psicologia

Revisión Narrativa Sobre el Concepto de Ansiedad en Psicología

Narrative Review on the Concept of Anxiety in Psychology

Beatriz Evangelista de Araújo

Resumo: A ansiedade trata-se de uma condição que, ao ser vivenciada de maneira exacerbada, causa intenso sofrimento psíquico; diferentes elementos podem desencadeá-la ao longo da vida do sujeito. Desse modo, o presente estudo investigou as produções científicas que foram produzidas nos últimos 5 anos sobre a temática da ansiedade na psicologia. A fim de alcançar esse objetivo, realizou-se uma revisão narrativa da literatura, atentando-se para a metodologia utilizada, os procedimentos feitos e a perspectiva utilizada para abordar a ansiedade. Conclui-se que, na literatura, há uma predominância de estudos que propõe investigar a sintomatologia da ansiedade, utilizando-se de diferentes instrumentos de avaliação para verificar e validar seus resultados, além disso, alguns trabalhos abordam a ansiedade associada a outras condições como depressão e/ou estresse. Poucas pesquisas dedicam-se a estudar somente a ansiedade. Ademais, percebe-se que há escassez de pesquisas de abordagem qualitativas e com foco não somente na sintomatologia, mas na experiência da ansiedade para aquele que a vivencia. Portanto, faz-se necessário a produção de estudos voltados para essa temática.

Palavras Chave: Ansiedade. Transtorno de ansiedade. Psicologia. Fenomenologia.

Resumen: La ansiedad es una condición que, cuando se experimenta de manera exacerbada, provoca intenso sufrimiento psíquico, diferentes elementos pueden desencadenarlo a lo largo de la vida del tema. Así, el presente estudio investigó las producciones científicas que fueron producidos en los últimos 5 años sobre el tema de la ansiedad en psicología, con el fin de lograr. Para este objetivo se realizó una revisión narrativa de la literatura, prestando atención a la metodología utilizados, los procedimientos realizados y la perspectiva utilizada para abordar la ansiedad. Concluir-se que en la literatura hay un predominio de estudios que proponen investigar la sintomatología de ansiedad, utilizando diferentes instrumentos de evaluación para verificar y validar su resultados, además, algunos estudios abordan la ansiedad asociada a otras condiciones como la depresión y/o el estrés, pocos estudios se dedican exclusivamente a estudiar la ansiedad. Además, se advierte que hay escasez de investigaciones de enfoque cualitativo y con un enfoque no sólo en la sintomatología, sino en la vivencia de la angustia para quien la experimenta. Por lo tanto, es necesario producir estudios enfocados en este tema.

Palabras Claves: Ansiedad. Trastorno de Ansiedad. Psicología. Fenomenología.

Abstract: Anxiety is a condition that, when experienced in an exacerbated way, causes intense psychic suffering, different elements can trigger it throughout the subject's life. In this way, the present study investigated the scientific productions that were produced in the last 5 years on the subject of anxiety in psychology, in order to achieve this objective, a narrative review of the literature was carried out, paying attention to the methodology used, the procedures made and the perspective used to address anxiety. It is concluded that in the literature there is a predominance of studies that propose to investigate the symptoms of anxiety, using different assessment instruments to verify and validate their results, in addition, some studies address anxiety associated with other conditions such as depression and/or depression. or stress, few studies are dedicated to studying anxiety alone. In addition, it is perceived that there is a lack of qualitative research studies focusing not only on symptoms, but on the experience of anxiety for those who experience it. Therefore, it is necessary to produce studies focused on this theme.

Keywords: Anxiety. Anxiety Disorder. Psychology. Phenomenology.

Beatriz Evangelista de Araújo – Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Pará; Psicóloga Clínica e membro do Grupo de Pesquisas Gestálticas em Saúde e Corporeidade - CorpOralidades. ORCID: 0000-0002-7093-5667. E-mail: beatricearaujo21@gmail.com

INTRODUÇÃO

A ansiedade trata-se de uma condição que, ao ser vivenciada de maneira exacerbada, causa intenso sofrimento psíquico; diferentes elementos podem desencadeá-la ao longo da vida do sujeito. Desse modo, são realizadas pesquisas e estudos, como os relatórios da Organização Mundial de Saúde (OMS), com o objetivo de verificar os fatores e a incidência de ansiedade na população; em março de 2022, a OMS disponibilizou um resumo científico que identificou o aumento de 25% em casos de transtornos de ansiedade, afetando principalmente mulheres e jovens, decorrente dos altos níveis de estresse causado pelo isolamento social e outros fatores relacionados à pandemia (WHO, 2022).

Nesse sentido, os estudos presentes na literatura são desenvolvidos com ênfase na observação da sintomatologia da ansiedade e, para isso, em sua maioria são utilizados instrumentos de avaliação que permitam a identificação da prevalência dos sintomas. Evidenciando-se, assim, a predominância de um viés biomédico sobre a experiência do adoecimento, preconizando a cura e a eliminação dos sintomas (FARIA, 2017). A relevância de tais instrumentos não é desconsiderada uma vez que são ferramentas clínicas que dispõem de uma linguagem universal e padronizada, permitindo a compreensão das enfermidades enfrentadas pela pessoa por diferentes profissionais da saúde, favorecendo a articulação de um trabalho multiprofissional no cuidado ao sofrimento psíquico. Entretanto, quando existe um engessamento desta concepção, com ênfase apenas nas categorias diagnósticas, a subjetividade e as manifestações particulares de cada indivíduo são desconsideradas em prol de uma definição patológica que valide o tratamento mais rápido e efetivo (BRANDÃO, 2017).

Nesse sentido, para ampliarmos a compreensão sobre a ansiedade, é pertinente entendermos a etimologia desta palavra: ela deriva do latim “anxius” que, por sua vez, é derivado da palavra “agere”, a primeira significando angústia e agitação, e a segunda relaciona-se a sufocar ou estrangular. Ambos os significados são sensações ou sentimentos vivenciados em um processo ansioso (ANDRADE et al., 2019). Desta forma, ao nos limitarmos somente a uma concepção biológica da ansiedade, produz-se uma visão patologizante desta que negligencia a experiência subjetiva e as sensações e sentimentos que são experienciados de maneira singular pela pessoa (PINTO, 2021; SANTOS, 2021).

Segundo Belmino (2020), patologizar a ansiedade foi o movimento realizado pela cultura para camuflar a apreensão frente à novidade e ao conflito que precisa ser enfrentado para se alcançar a mudança. Para o autor, a ansiedade tem um caráter potencializador de mudança, e, por isso, para uma sociedade que busca suprimir o conflito, a ansiedade, portanto, é vista como uma doença, um agente patológico que deve ser eliminado da experiência, logo, criam-se mecanismos (terapias específicas, medicamentos) que permitam a sua eliminação, e, por fim, o foco se torna a ansiedade e não o que a gerou, deixando-se de lado o conflito e a novidade.

Seguindo uma perspectiva fenomenológica, a ansiedade é uma condição normal e inerente ao ser humano, trata-se de um mecanismo de defesa que trabalha a favor da autopreservação, preparando a pessoa para os possíveis desafios ou situações de ameaças que possam surgir ao longo da vida; entretanto, a depender da maneira como é vivenciada, ela pode ser compreendida como ansiedade saudável ou ansiedade patológica. Durante o processo de ansiedade patológica, devido a sensações de ameaça ou a fantasia de expectativas catastróficas sobre o futuro, ela pode produzir

formas disfuncionais de se ajustar ao meio, fazendo com a pessoa vivencie um processo ansioso (PINTO, 2021). Belmino (2020) enfatiza esta percepção ao ponderar que a ansiedade é uma resposta frente a situações conflitivas. Diante de várias demandas relacionais que surgem no campo, a pessoa busca evitar o conflito devido ao receio de que algo inesperado aconteça, algo que fuja ao controle da pessoa, a possibilidade do novo tornar-se ameaçadora e a ansiedade manifesta-se como resistência ao conflito, isto posto, em vez da pessoa enfrentar e se transmutar diante de uma nova experiência, ela se retrai e inibe o contato com o meio que demanda. E, assim, a excitação que deveria ser direcionada para enfrentar o conflito é inibida e passa a se manifestar no corpo em forma de sintomas.

A perspectiva biomédica desconsidera todo esse processo de construção da ansiedade, direcionando sua atenção somente para os sintomas com o objetivo de retirá-los, o mais rápido possível, da vivência da pessoa. Portanto, distanciando desse viés, apreende-se que considerar a experiência pessoal e partindo da narrativa da pessoa que experiencia a ansiedade, buscando conhecer como esta percebe, significa e transmite suas percepções acerca desse processo, garante-se o acesso mais autêntico ao sentido da ansiedade para aquele que a vivencia, uma vez que, apesar de ser uma condição que pode, em algum momento, ser sentida por qualquer pessoa, cada um irá significar e encontrar formas diferentes de lidar com ela a depender da sua história de vida (SANTOS, 2021).

Desse modo, o presente estudo investigou as produções científicas que foram produzidas nos últimos 5 anos sobre a temática da ansiedade na psicologia. A fim de alcançar este objetivo, realizou-se uma revisão narrativa da literatura, atentando-se para a metodologia utilizada, os procedimentos feitos e a perspectiva utilizada para abordar a ansiedade.

1. Metodologia

O estudo propõe-se a investigar como a literatura vem abordando o conceito de ansiedade em psicologia nos últimos 5 anos, no período de 2018 a 2022. Para tanto, realizou-se uma revisão narrativa da literatura que permite a investigação mais flexível sobre determinado assunto do ponto de vista teórico, empírico e contextual, sem que haja a necessidade de esgotar todas as fontes que abordem a temática (ROTHER, 2007). Com essa finalidade, a pesquisa foi realizada nas bases de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Biblioteca Virtual da Saúde (BVS); como descritores, foram utilizados os termos ansiedade, transtorno de ansiedade, psicologia e fenomenologia. Além disso, foram utilizados alguns livros para aprofundar a discussão sobre a temática.

2. Resultados e Discussões

2.1. Ansiedade e Psicologia

Na literatura, a ansiedade é estudada enquanto transtorno, dando ênfase na prevalência da sintomatologia e nas possíveis formas de tratamento; para a verificação de sua incidência na população, são utilizados instrumentos de avaliações como inventários, escalas e/ou questionários. Alguns estudos analisam a ansiedade em conjunto com outras condições como a depressão e o estresse; outras pesquisas propõem algum tratamento ou intervenção para analisar a eficácia na diminuição dos sintomas (ABRAHÃO; LOPES, 2022; MAIA et al., 2013). Durante o levantamento desta pesquisa, foram encontrados 22 artigos: 7 abordavam a ansiedade no contexto acadêmico; 6 estudos discorriam sobre práticas interventivas; 3 destacavam a manifestação da ansiedade em

profissionais da área da saúde; 3 versavam sobre a ansiedade relacionada a procedimentos cirúrgicos; outros 3 artigos discutiam sobre a manifestação da ansiedade em pessoas surdas, em mulheres rurais e como causa do afastamento laboral. Para alcançar os objetivos deste trabalho, foram apresentados em seguida uma breve descrição de cada artigo encontrado.

Dos 7 artigos que discutiam a ansiedade no contexto acadêmico: 3 investigaram a prevalência de ansiedade e depressão; 1 tratava da ansiedade, depressão e estresse; e os outros 3 referiam-se somente à ansiedade. Nestes estudos, no que se refere à ansiedade e depressão, um estudo foi realizado com estudantes dos cursos de enfermagem com média de 200 participantes e o outro com estudantes de odontologia, com média de 400 participantes, nos quais foram aplicados os inventários de Beck para ansiedade e depressão. Como resultado, identificou-se alta incidência de ambos os transtornos nos universitários; os fatores associados ao desencadeamento de tais condições estão relacionados ao desempenho acadêmico, ingresso no curso, problemas financeiros, afastamento do núcleo familiar, demandas acadêmicas, entre outros (FERNANDES et al., 2018; GARBIN et al., 2021).

Os outros dois estudos foram realizados com docentes, com média entre 150 e 160 participantes, sendo aplicado inventário ou escala para verificar os níveis de ansiedade, depressão e estresse. Os resultados obtidos também indicaram alta prevalência de sofrimento psíquico desencadeados pela dinâmica trabalhista de competitividade, curtos prazos, exigência de alta produtividade e na interação entre colegas de trabalho. Além disso, destaca-se que um dos estudos foi realizado no período da pandemia de Covid-19, apontando que questões relacionadas ao distanciamento social e às novas dinâmicas de trabalho condicionados aos docentes contribuiu como fator para o agravamento e surgimento dos sintomas (FERREIRA-COSTA; PEDRO-SILVA, 2018; FREITAS et al., 2021).

Dos 3 artigos que tratavam somente da ansiedade no contexto universitário, um estudo propõe-se a investigar os fatores associados a manifestação da ansiedade em estudantes internos de medicina. Após a aplicação do Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) em 140 alunos, constatou-se que a intensa carga horária do curso, as demandas acadêmicas exaustivas e estressantes, a insônia ou o uso de psicoestimulantes para melhorar o rendimento e o anseio em abandonar o curso por conta da insatisfação com o desempenho acadêmico contribuíram para os altos níveis de ansiedade identificados nesta população (NOGUEIRA et al., 2021). Angélico e Bauth (2020) realizaram uma pesquisa com 72 estudantes do curso de psicologia para identificar os níveis de ansiedade frente à tarefa de falar em público. Foram utilizados alguns instrumentos de avaliação pré-selecionados pelos pesquisadores que permitissem verificar os níveis de ansiedade antes e depois da tarefa; os participantes foram divididos em dois grupos (com plateia e sem plateia); e, como resultado, observou-se que os níveis de ansiedade diminuíram após a apresentação. Logo, evidenciou-se que, quanto mais o estudante possuísse habilidades sociais para se comunicar em público e se preparasse para tais situações, a tarefa de falar em público poderia se tornar menos ansiogênica.

Dentre esses artigos, somente em um estudo foi utilizado abordagem qualitativa: realizada com 18 estudantes de enfermagem, foram feitas entrevistas semiestruturadas e identificadas categorias relacionadas ao sentimento de ansiedade durante a graduação. O trabalho apontou que os estudantes foram atravessados pela sensação de ansiedade ao ingressarem no curso devido a questões como a adaptação à nova realidade, as avaliações teóricas e práticas, a reprovação e a relação professor/aluno durante o processo ensino/aprendizagem (PEREIRA et al., 2019).

Nesse sentido, pôde-se perceber a alta incidência de sofrimento psíquico entre a comunidade acadêmica no ensino superior. A ansiedade é uma das condições mais presentes, variando entre os

graus leves, moderados e graves, causando prejuízos significativos para os sujeitos, interferindo no desempenho acadêmico e no trabalho, nas relações interpessoais, podendo afetar a prestação de serviço no futuro (MACÊDO, 2018; SILVA, 2019).

Percebe-se que, na maioria dos artigos encontrados sobre ansiedade, são apresentados pesquisas com grande amostragem de participantes, sendo relevantes para indicar a frequência da sintomatologia na sociedade; além disso, em outros trabalhos, a ansiedade é analisada associada a outras condições como depressão e estresse; em vista disso, compreende-se que, durante a vivência do adoecimento, a pessoa pode ser atravessada por mais de um processo ao longo da vida – podendo experimentar sintomas ansiosos e depressivos simultaneamente –, e que saber dos índices de prevalência é importante para se pensar em estratégias de prevenção e saúde. No entanto, ressalta-se a importância de produzir estudos que busquem compreender as particularidades da ansiedade enquanto um processo singular à experiência, no qual a pessoa significa e dá sentido à sua vivência. Esse olhar mais atento para as características que constituem a ansiedade, assim como as formas de lidar com o sofrimento encontradas pelo próprio indivíduo nessa situação e a própria percepção que a pessoa tem do seu processo, serão fundamentais para desvelar o sentido da experiência da ansiedade, e, com isso, produzir novas formas de enfrentamento (SANTOS, 2021).

Os estudos que abordaram os efeitos de práticas interventivas na diminuição dos níveis de ansiedade não apresentavam um público-alvo específico, podendo-se avaliar as diferentes formas de intervenção que são sugeridos a depender da necessidade de determinado grupo. A primeira pesquisa propôs a Terapia Floral como tratamento da ansiedade para indivíduos com sobrepeso ou obesidade; o trabalho foi de cunho qualitativo, utilizando-se entrevistas semiestruturadas, buscando compreender a experiência dos participantes diante do tratamento. Como resultado, os indivíduos destacaram diminuição dos sintomas ansiosos e mais autocontrole na compulsão alimentar e na maneira de se relacionar com os outros (PANCIERI et al., 2018). Nesse sentido, o estudo de Neres et al. (2019) examinou a efetividade da musicoterapia na redução da ansiedade em pacientes oncológicos; por meio de uma revisão sistemática da literatura, os autores identificaram que a musicoterapia é uma prática efetiva na redução da ansiedade, além disso, destacaram que foram encontrados poucos estudos que discutiam essa temática, ressaltando a necessidade de novas pesquisas com detalhamento sobre essa intervenção.

Lemes et al. (2020) realizaram uma pesquisa com 21 usuários de substâncias psicoativas residentes em instituições de saúde mental (comunidades terapêuticas). Os autores avaliaram a contribuição da Terapia Comunitária Integrativa como processo de intervenção na redução dos níveis de ansiedade e depressão entre os sujeitos participantes. Foram aplicados os inventários de Beck para ansiedade e depressão em diferentes momentos da pesquisa para verificar a frequência dos sintomas. Ao fim da pesquisa, pôde-se observar impactos positivos, com a baixa frequência nos níveis de ansiedade e depressão entre os indivíduos.

Nessa perspectiva, no que tange à questão das intervenções, os trabalhos citados acima enfatizam a eficácia da implementação de práticas integrativas complementares na promoção de saúde. Ainda assim, apontam para as limitações relacionadas à pouca formação profissional, à escassez de estudos sobre determinadas práticas e à má gestão do sistema de saúde, que ainda mantém algumas características enraizadas no modelo biomédico. Portanto, faz-se necessário maior incentivo ao aperfeiçoamento dos profissionais de saúde e o desenvolvimento de mais pesquisas que abordem a eficácia do uso das práticas no sistema de saúde (REIS; ESTEVES; GRECO, 2018; RUELA et al., 2019).

Em um estudo realizado com pacientes com câncer colorretal, foi sugerido a escuta terapêutica como método de intervenção para se avaliar os efeitos deste processo na redução da ansiedade e medo relacionados à cirurgia. Para tanto, a pesquisadora verificou os níveis de ansiedade por meio da escala Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) em pacientes que se encontravam no processo pré e pós-operatório; no entanto, os resultados não indicaram a redução nos níveis de ansiedade. Tal desfecho pode ser consequência do período escolhido para a aplicação, devido ao pouco tempo de interação entre a pesquisadora e os participantes; possivelmente, com um número maior de sessões com duração superior a 30 minutos, poderiam gerar resultados diferentes dos obtidos. Ainda assim, os autores enfatizam a relevância da escuta terapêutica como uma intervenção que pode aliviar o sofrimento psíquico causado pelos procedimentos cirúrgicos (GARCIA et al., 2018).

O projeto de extensão vinculado à Universidade Federal de Uberlândia criou um grupo terapêutico online para que os estudantes tivessem a oportunidade de compartilhar seus sentimentos e experiências durante o período de pandemia; o grupo se mostrou uma ferramenta potente para o acolhimento das demandas emocionais dos estudantes (VIVENZIO et al., 2022). Sabe-se que pandemia causou impactos à saúde mental dos universitários, no qual a manifestação de ansiedade está associada a sentimentos de incerteza, insegurança, medo de contaminação e fatores relacionado à nova modalidade de ensino (MAIA; DIAS, 2020; RAMOS; SALORTE, 2021). Assim como o artigo encontrado no levantamento, outros projetos foram criados com a finalidade de oferecer suporte a esse público, disponibilizando serviços de atendimento psicológico e rodas de conversas (NUCEUSEMIARIDO, 2020); RODAVIDA, 2020; SAESTUFPA, 2020).

Devido a fatores estressores relacionados à pandemia, a manifestação de sentimento de insegurança, incapacidade e ansiedade foram intensificados; ficou claro como os estudantes universitários são vulneráveis no desenvolvimento de sofrimento psíquico, sendo necessário a criação de estratégias de enfrentamento.

O último artigo encontrado trata-se de um estudo realizado para verificar a eficácia do método FRIENDS, como uma prática interventiva que auxiliaria na diminuição dos sintomas ansiosos em crianças. Tal método tem como objetivo desenvolver habilidades emocionais e hábitos mais saudáveis para o enfrentamento e prevenção da ansiedade e depressão. Participaram desta pesquisa 19 crianças com idade entre 5 e 7 anos, no qual foi utilizado o instrumento de avaliação *Spence Children's Anxiety Scale* (SCAS), sendo aplicado no início e no fim da intervenção. Ao fim, a partir da percepção dos pais, constatou-se que houve resultados significativos com relação à diminuição dos sintomas de ansiedade nas crianças (GUANCINO; TONI; BATISTA, 2020).

Nesse sentido, percebe-se que alguns estudos relacionados à ansiedade propõem intervenções na tentativa de encontrar possíveis estratégias de enfrentamento, prevenção e promoção à saúde, o uso dos instrumentos servem para se manter o controle da frequência dos sintomas, além disso, é importante se atentar para a escolha do melhor método a ser utilizado considerando as particularidades do grupo, os sintomas apresentados e as possíveis mobilizações que possam surgir ao longo do processo. O uso de intervenções permite novos horizontes de possibilidades no processo de autoconhecimento e enfrentamento do sofrimento (CORDEIRO, 2019, SILVA; PANOSSO; DONADON, 2018; VORKAPIC; RANGE, 2011).

Os estudos de Barbosa et al. (2020), Ribeiro et al. (2022) e Da Silva et al. (2021) abordaram as manifestações da ansiedade e depressão em profissionais da área da saúde, sendo que dois discutiam a sintomatologia em profissionais da enfermagem e um com residentes de um programa

multiprofissional. Nos três estudos, foram utilizados instrumentos de avaliação para a verificação dos níveis de sintomas, apontando para uma incidência leve ou moderada de sintomas de ansiedade seguidos de depressão, relacionados às dinâmicas de trabalho e ao risco de contaminação por covid-19; outros estudos presentes na literatura corroboram com essa perspectiva (COELHO et al., 2022; MOURA et al., 2018).

Das pesquisas que analisavam a prevalência de ansiedade em pacientes submetidos a procedimentos médicos, Rodrigues et al. (2018), a partir da aplicação dos instrumentos escala *Hospital Anxiety and Depression Scale*, de Mann-Whitney, de Correlação de Spearman e da consulta aos prontuários médicos dos participantes, investigaram como a associação de sintomas de ansiedade e depressão em pacientes no pré-operatório poderia ocasionar complicações no pós-operatório de uma cirurgia cardíaca. Os autores confirmaram que os pacientes que apresentavam sintomas de ansiedade no pré-operatório tinham mais instabilidade hemodinâmica no pós-operatório; resultado semelhante acontecia com os pacientes que apresentavam sintomas de depressão. Sampaio et al. (2020) realizaram uma revisão sistemática da literatura para investigar os fatores associados ao desenvolvimento de ansiedade em adolescentes que passam por um período de internação cirúrgica e examinar a influência da ansiedade no transoperatório. Os autores identificaram que ocorre a presença de ansiedade, contribuindo algumas vezes na alteração do estado fisiológico (como alteração da pressão arterial), o que resulta no adiamento da cirurgia, provocando mais medo e ansiedade; no entanto, observou-se que a assistência e atenção da equipe de enfermagem pode minimizar os níveis de ansiedade. Nesse sentido, Conz et al. (2020) realizaram um estudo de abordagem qualitativa fundamentada na fenomenologia social de Alfred Schütz em pessoas com obesidade mórbida que buscaram tratamento pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e seriam submetidos à cirurgia bariátrica. Os participantes foram convidados a participar de entrevistas respondendo a questões norteadoras relacionadas à sua experiência na busca pelo procedimento e as expectativas pós-cirurgia; dessa forma, os autores identificaram lacunas no sistema com relação ao caminho percorrido no sistema público de saúde, com destaque para a falta de encaminhamento adequado dos profissionais da UBS, gerando atraso ou falta de conhecimento sobre como proceder nesses casos. Todo esse processo de procura do serviço, assim como a espera pela cirurgia, produz sentimentos de angústia e ansiedade que são vivenciados durante todo o processo e após a cirurgia, devido aos riscos pós-cirúrgicos também.

Os estudos acima corroboram as discussões que enfatizam como alguns procedimentos médicos podem afetar a saúde mental. A ansiedade ocuparia um lugar de destaque nessas situações devido à sua manifestação durante diferentes fases desses procedimentos, apresentando-se em diferentes níveis (leve, moderado ou grave) e, em algumas situações, afetando diretamente o estado do paciente. Ressalta-se que, nesse sentido, o manejo e a orientação oferecidos pela equipe médica, principalmente pelos enfermeiros que têm maior contato com os pacientes, auxilia na diminuição da ansiedade (DOS SANTOS, 2011; PADILHA; KRISTENSEN, 2006).

Santos e Silva (2019) elaboraram um estudo teórico para discutir se a experiência de pessoas surdas com ansiedade estaria relacionada à comunicação, gênero, nível educacional e características da surdez. Os autores identificaram que, dentre estes aspectos, a comunicação era o principal fator desencadeador de ansiedade em pessoas surdas devido aos diferentes desafios relacionados à comunicação nos diversos âmbitos da vida, causando prejuízos no seu funcionamento social. Com relação aos demais aspectos, os autores não identificaram uma associação direta entre gênero, nível educacional e características da surdez; enfatizam que, a respeito do gênero, as mulheres surdas

apresentam maiores níveis de ansiedade, no entanto, isto pode estar mais relacionada a crenças e valores patriarcais que inferiorizam as mulheres e suas vivências, e não exclusivamente como consequência da surdez. Quanto a pesquisa realizada com mulheres rurais para identificar quais fatores desencadeiam ansiedade nesta população, participaram do estudo 280 mulheres, sendo utilizado o inventário de ansiedade Traço-estado para a verificação da sintomatologia. Os autores identificaram que os aspectos relacionados em uma má convivência com o parceiro e número de filhos influenciavam na alta incidência de sintomas de ansiedade entre as participantes, evidenciando-se que fatores sociodemográficos e comportamentais afetam diretamente a saúde mental destas mulheres (PARREIRA et al., 2021). A respeito da ansiedade como causa do afastamento laboral, foi realizado um estudo transversal e censitário, analisando os dados presentes no INSS de 412 afastamentos para examinar a prevalência de ansiedade e outros transtornos como causa do afastamento laboral; como resultado, observou-se a alta incidência de transtorno misto ansioso e depressivo, seguido de transtorno de ansiedade (FERNANDES et al., 2018).

Nota-se que a experiência da ansiedade se manifesta de maneiras diferentes para cada pessoa, sendo permeada por elementos que constituem a sua história de vida. Quando vivenciada de forma persistente e recorrente, a ansiedade pode ocasionar impactos significativos na vida da pessoa, afetando suas formas de se relacionar no mundo. Sendo assim, deve-se considerar que a vivência do sofrimento é única, e que se atentar para as particularidades de como esse momento é experienciado é de suma importância para se pensar nas melhores possibilidades de enfrentamento (SANTOS, 2021).

Ressalta-se que, no presente estudo, somente três artigos partiram de uma abordagem qualitativa com foco na experiência subjetiva dos sujeitos, buscando conhecer essa perspectiva através do relato pessoal dos participantes. Dentre esses estudos, apenas um deixou claro sua fundamentação fenomenológica para a análise dos dados, justificando e enfatizando a sua relevância do método fenomenológico na validação da experiência pessoal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante o estudo, pôde-se observar a predominância de pesquisas que utilizaram instrumentos de avaliação para verificar a sintomatologia da ansiedade, fazendo uso de uma alta amostragem de participantes para garantir a validação dos resultados. Além disso, a maioria dos estudos analisa a ansiedade associada a outras condições como a depressão e/ou o estresse; compreende-se que, na vida, a pessoa pode ser atravessada simultaneamente por diferentes estados de adoecimento psíquico; ainda assim, ressalta-se a necessidade de mais estudos que abordem somente a ansiedade, dando ênfase às suas particularidades e discutindo outras possibilidades de compreendê-la para além desse viés patologizante e rígido na produção de diagnósticos.

Nesse sentido, entende-se que a ansiedade pode se desenvolver em diferentes contextos após ser desencadeada por algum fator estressante, seja no âmbito universitário, no ambiente de trabalho e nas interações sociais, e, considerando isso, corrobora-se a perspectiva de que a ansiedade pode ser experienciada de maneiras diferentes a depender da história de vida do sujeito e da sua forma de se relacionar no mundo. Logo, limitar-se a uma concepção pautada apenas na categorização do sofrimento desvalida a subjetividade que caracteriza e diferencia cada ser humano em sua existência.

Desse modo, enfatizo a necessidade de se ater ao sentido da experiência da ansiedade para aquele que a vivencia e da relevância em se considerar a percepção e os significados que a pessoa dá ao seu processo; pensando nisso, as pesquisas de abordagem qualitativa possibilitariam resultados obtidos a partir da descrição da experiência subjetiva da pessoa.

Por fim, destaca-se que, com a pandemia, as manifestações de sintomas de ansiedade aumentaram entre a população devido aos elementos relacionados às medidas sanitárias a serem seguidas, o risco e a própria contaminação pelo covid, provocando o surgimento ou agravamento da ansiedade. Portanto, ressalta-se a necessidade de estudos que aprofundem o conhecimento sobre as manifestações ansiedade durante a pandemia.

REFERÊNCIAS

ABRAHÃO, Taís Batizaco; LOPES, Alda Penha Andrello. Principais Causas Do Estresse E Da Ansiedade Na Sociedade Contemporânea E Suas Consequências Na Vida Do Indivíduo. *Contradição-Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais*, v. 3, n. 1, 2022.

ANDRADE, João Vitor, et.al. Ansiedade, um dos problemas do século XXI. *Revista de Saúde da REAGES*, v. 2, n. 4, p. 34-39, 2019.

ANGÉLICO, Antonio Paulo; BAUTH, Murilo Freitas. Avaliação da ansiedade de estudantes de psicologia em situações experimentais de falar em público. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 40, 2020.

BARBOSA, Malom Bhenson Tavares et al. Depressão e ansiedade na enfermagem em unidade de terapia intensiva. *Revista Ciência Plural*, v. 6, n. 3, p. 93-107, 2020.

BELMINO, M. C. B. *Gestalt-terapia e experiência de campo: dos fundamentos à prática clínica.*, 1. ed., Jundiaí: Paco, 2020.

BRANDÃO, C. L. Da estranheza ao encantamento: a riqueza existencial presente nas formas psicóticas de ajustamento. In: BRANDÃO, C. L. (Org.) *Semeando a Gestalt-Terapia: experiências clínicas no contexto amazônico.* (pp. 59-79), 1. ed., Belém: Paka-Tatu, 2017.

COELHO, Manuela de Mendonça Figueirêdo et al. Sintomas de ansiedade e fatores associados entre profissionais de saúde durante a pandemia da covid-19. *Cogitare Enfermagem*, v. 27, 2022.

CORDEIRO, Dayane Tassi Macena. *O Uso da Arteterapia no Controle da Ansiedade.* (Trabalho de Conclusão e Curso). Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas/TO, 2019.

CONZ, Claudete Aparecida et al. Camino recorrido por obesos mórbidos en la búsqueda de la cirugía bariátrica en el sistema público de salud. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 28, 2020.

DA SILVA, Laís Gabriele Bonfim et al. Níveis de estresse e ansiedade em uma residência interprofissional em pediatria. *Espaço para a Saúde*, v. 22, 2021.

DOS SANTOS, Jeferson; HENCKMEIER, Luizita; BENEDET, Silvana Alves. O impacto da orientação pré-operatória na recuperação do paciente cirúrgico. *Enfermagem em foco*, v. 2, n. 3, p. 184-187, 2011.

FARIA, N. J. (2017). Noções de cuidado na atenção básica à saúde e Gestalt-Terapia. In. FARIA, N. J.; HOLANDA, A, F. (Org). *Saúde mental, sofrimento e cuidado: fenomenologia do adoecer e do cuidar*. (pp.15-32) Curitiba: Juruá Editora.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de transtorno do trabalhador. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 71, p. 2213-2220, 2018.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 71, p. 2169-2175, 2018.

FERREIRA-COSTA, Rodney Querino; PEDRO-SILVA, Nelson. Ansiedade e depressão: o mundo da prática docente e o adoecimento psíquico. *Estudos de Psicologia* (Natal), v. 23, n. 4, p. 357-368, 2018.

FREITAS, Ronilson Ferreira et al. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 70, p. 283-292, 2021.

GARBIN, Clea Adas Saliba et al. Fatores associados ao desenvolvimento de ansiedade e depressão em estudantes de Odontologia. *Revista da ABENO*, v. 21, n. 1, p. 1086-1086, 2021.

GARCIA Ana Cláudia Mesquita et al.. The effect of therapeutic listening on anxiety and fear among surgical patients: randomized controlled trial. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. v. 26, p.1-10, 2018.

GUANCINO, Letícia; TONI, Caroline Guisantes de Salvo; BATISTA, Ana Priscila. Prevenção de ansiedade infantil a partir do Método Friends. *Psico-USF*, v. 25, p. 519-531, 2020.

LEMES, Alisséia Guimarães et al. Terapia Comunitária como cuidado complementar a usuários de drogas e suas contribuições sobre a ansiedade e a depressão. *Escola Anna Nery*, v. 24, 2020.

MACÊDO, Shirley. Sofrimento psíquico e cuidado com o universitário: reflexões e intervenções fenomenológicas. *ECOS-Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, v. 8, n. 2, p. 265-277, 2018.

MAIA, Ana Claudia C. et al. Tratamento transdiagnóstico usando um protocolo unificado: aplicação em pacientes com diferentes transtornos de humor e ansiedade comórbidos. *Tendências em Psiquiatria e Psicoterapia*, v. 35, p. 134-140, 2013.

MAIA, Berta Rodrigues; DIAS, Paulo César. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de psicologia* (Campinas), v. 37, 2020.

MOURA, Adaene et al. Fatores associados à ansiedade entre profissionais da atenção básica. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, v. 19, p. 17-26, 2018.

NUCEUSEMIARIDO. Procrastinação e produtividade acadêmica: o desafio do equilíbrio frente ao isolamento social. Petrolina (Pernambuco), 7 abr. Instagram: @nuceusemiarido. Disponível em: <<https://www.instagram.com/p/B-rpYDJH2Hh/>>. Acesso em: 29 set. 2020.

NOGUEIRA, Érika Guimarães et al. Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 45, 2021.

- NERES, Carolina Barbosa et al. Efetividade da Musicoterapia na Redução da Ansiedade de Pacientes Oncológicos: Revisão Sistemática. *Revista Brasileira de Cancerologia*, v. 65, n. 4, 2019.
- PANCIERI, Ana Paula et al. Significados da terapia floral para ansiedade em pessoas com sobrepeso ou obesidade. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 71, p. 2310-2315, 2018.
- PADILHA, Renata Vellozo; KRISTENSEN, Christian Haag. Estudo exploratório sobre medo e ansiedade em pacientes submetidos ao cateterismo cardíaco. *Psico*, v. 37, n. 3, 2006.
- PARREIRA, Bibiane Dias Miranda et al. Sintomas de ansiedade entre mulheres rurais e fatores associados. *Escola Anna Nery*, v. 25, 2021.
- PEREIRA, Fernanda Lourdes Ribeiro et al. Manifestações de ansiedade vivenciadas por estudantes de enfermagem. *Rev. pesquis. cuid. fundam.*(Online), p. 880-886, 2019.
- PINTO, Ênio Brito. *Dialogar com a ansiedade: uma vereda para o cuidado*. São Paulo: Summus, 2021.
- RAMOS, D. M.; SALORTE, L. M. A. Percepções dos discentes matriculados no Ensino Remoto Emergencial (ERE) da Universidade Federal do Amazonas (UFAM) quanto às ferramentas utilizadas: impactos no processo ensino-aprendizagem e na relação professor-aluno. In: Rodrigues, J. V. F. C. et al. *Ensino de graduação em tempos de pandemia: experiências e oportunidades para uma educação tecnológica na Universidade Federal do Amazonas*. [recurso eletrônico]. Manaus: EDUA, 2021.
- REIS, Bárbara Oliveira; ESTEVES, Larissa Rodrigues; GRECO, Rosangela Maria. Avanços e desafios para a implementação das práticas integrativas e complementares no Brasil. *Revista de APS*, v. 21, n. 3, 2018.
- RIBEIRO, Camila Lima et al. Ansiedade e depressão em profissionais de enfermagem de uma maternidade durante a pandemia de COVID-19. *Escola Anna Nery*, v. 26, 2022.
- RODAVIDA. O RodaVida é um projeto vinculado ao Laboratório de Soluções Educacionais, em parceria com a SAEST. Belém (Pará), 26 mar. Facebook: Rodavida. Disponível em: <<https://www.facebook.com/101307761506462/posts/117562199881018/>>. Acesso em: 29 set. 2020.
- RODRIGUES, Hélen Francine et al. Associações dos sintomas de ansiedade e depressão pré-operatórias com complicações pós-operatórias de cirurgias cardíacas. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 26, 2018.
- ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 20, n. 2, 2007.
- RUELA, Ludmila de Oliveira et al. Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, p. 4239-4250, 2019.
- SAESTUFPA. Acolhimento Psicológico Emergencial. Belém (Pará), 17 set. 2020. Instagram:@saestufpa. Disponível em: <<https://www.instagram.com/p/CFQlkuOpBZY/?igshid=7cbrvq4yghgo>>. Acesso em: 29 set. 2020.
- SAMPAIO, Carlos Eduardo Peres et al. Influência da ansiedade em adolescentes durante a internação cirúrgica: aprimorando assistência de enfermagem. *Nursing* (São Paulo), v. 23, n. 265, p. 4171-4180, 2020.

- SANTOS, Fábio; SILVA, Joilson Pereira da. Ansiedade entre as pessoas surdas: um estudo teórico. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, v. 71, n. 1, p. 143-157, 2019.
- SANTOS, Letícia de Fátima Matos. *A experiência da ansiedade no início da vida adulta*. (Monografia). Centro Universitário Unidade de Ensino Superior Dom Bosco, São Luís, 2021.
- SILVA, DR da; PANOSSO, Ivana Regina; DONADON, Maria Fortunata. Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções-uma revisão crítica da literatura. *Psicologia: Saberes & Práticas*, v. 1, n. 2, p. 1-10, 2018.
- SILVA, T. A. C. *A ansiedade em estudantes universitários: uma revisão bibliográfica à luz da psicologia* (Trabalho de Conclusão de Curso). Faculdade Leão Sampaio, Ceará, Brasil, 2019.
- VIVENZIO, Rafaella Andrade et al. Grupo terapêutico on-line: dispositivo de cuidado para saúde mental de universitários em tempos de pandemia. *Rev. psicol.(Fortaleza, Online)*, p. 71-79, 2022.
- VORKAPIC, Camila Ferreira; RANGE, Bernard. Os benefícios do yoga nos transtornos de ansiedade. *Rev. Bras. ter. cogn.*, Rio de Janeiro, v. 7, n. 1, p. 50-54, jun. 2011.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. Mental health and COVID-19: early evidence of the pandemic's impact: scientific brief, 2 March 2022. In: *Mental health and COVID-19: early evidence of the pandemic's impact: scientific brief, 2 March 2022*. 2022.