

**UNIVERSIDADE CESUMAR UNICESUMAR**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE**  
**CURSO DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA**

**MANEJO NÃO FARMACOLÓGICO DA EXACERBAÇÃO DE TRANSTORNOS**  
**ANSIOSOS DURANTE A HOSPITALIZAÇÃO E SEUS IMPACTOS: REVISÃO**  
**SISTEMÁTICA**

**CAROLINA POLA CÂNDIDO**

**MARINGÁ – PR**

**2024**

Carol Pola Cândido

**MANEJO NÃO FARMACOLÓGICO DA EXACERBAÇÃO DE TRANSTORNOS  
ANSIOSOS DURANTE A HOSPITALIZAÇÃO E SEUS IMPACTOS: REVISÃO  
SISTEMÁTICA**

Artigo apresentado ao Curso de Graduação em  
Medicina da Universidade Cesumar –  
UNICESUMAR como requisito parcial para a  
obtenção do título de Bacharel(a) em  
Medicina, sob a orientação do Prof. Fábio  
Yutani Koseki.

MARINGÁ – PR

2024

# **MANEJO NÃO FARMACOLÓGICO DA EXACERBAÇÃO DE TRANSTORNOS ANSIOSOS DURANTE A HOSPITALIZAÇÃO E SEUS IMPACTOS: REVISÃO SISTEMÁTICA**

Carolina Pola Cândido

Fábio Yutani Koseki

## **RESUMO**

O internamento hospitalar pode ser fundamental para tratar condições médicas e psiquiátricas, mas muitas vezes pode exacerbar transtornos ansiosos nos pacientes, especialmente durante situações de desconhecimento, mudança e desconforto. Assim, essa pesquisa teve como objetivo geral conduzir uma revisão sistemática para explorar a associação entre o internamento hospitalar, a exacerbação da ansiedade nos pacientes e possibilidades de manejo não farmacológico. Por meio da metodologia PRISMA, buscou-se analisar fatores sociais, ambientais e individuais que contribuem para o agravamento da ansiedade durante a hospitalização, além da investigação de intervenções farmacológicas e não farmacológicas que possam reduzir essa ansiedade. As bases de dados utilizadas foram a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS-Brasil), PubMed e Scielo, abrangendo um período de 2020 a 2024, com as palavras-chave “Internação” e “Transtornos de ansiedade”. Por meio desse trabalho, sugere-se que a integração de abordagens multidisciplinares pode promover ambientes hospitalares mais acolhedores e melhorar os desfechos de saúde mental dos pacientes.

**Palavras-chave:** Saúde Mental. Assistência à Saúde Mental. Transtornos de Ansiedade.

## **NON-PHARMACOLOGICAL MANAGEMENT OF ANXIETY DISORDER EXACERBATIONS DURING HOSPITALIZATION AND THEIR IMPACTS: A SYSTEMATIC REVIEW**

## **ABSTRACT**

Hospitalization can be essential for treating medical and psychiatric conditions, but it often exacerbates anxiety disorders in patients, especially in situations involving uncertainty,

change, and discomfort. This research aimed to conduct a systematic review to explore the association between hospitalization, the exacerbation of patient anxiety, and non-pharmacological management possibilities. Using the PRISMA methodology, the study analyzed social, environmental, and individual factors contributing to heightened anxiety during hospitalization, alongside investigating pharmacological and non-pharmacological interventions to mitigate such anxiety. The databases used were the Virtual Health Library (BVS-Brazil), PubMed, and Scielo, covering the period from 2020 to 2024, with the keywords "Hospitalization" and "Anxiety Disorders." This work suggests that integrating multidisciplinary approaches can foster more welcoming hospital environments and improve patients' mental health outcomes.

**Keywords:** Mental Health. Mental Health Assistance. Anxiety Disorders.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>5</b>
<b>2 METODOLOGIA.....</b>	<b>6</b>
<b>3 RESULTADOS.....</b>	<b>8</b>
<b>5 DISCUSSÃO.....</b>	<b>13</b>
<b>6 CONCLUSÃO.....</b>	<b>14</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>15</b>

### 1 INTRODUÇÃO

A hospitalização não psiquiátrica representa uma experiência marcante na vida de indivíduos que enfrentam diversas condições de saúde (CHEVALIER et al., 2018). Contudo, o ambiente hospitalar, embora necessário para tratar condições médicas e psiquiátricas agudas, pode desencadear uma série de respostas emocionais nos pacientes, incluindo ansiedade. Isso ocorre porque o paciente se encontra em um ambiente estranho, impessoal, invasivo e, frequentemente, percebido como ameaçador, além de ter seu ritmo de vida alterado ou interrompido (DELVECCHIO et al., 2022).

Depressão e ansiedade são estados emocionais frequentemente observados em pacientes hospitalizados, especialmente naqueles que aguardam cirurgias ou convivem com condições crônicas e de difícil manejo (GONZÁLEZ-MARTÍN et al., 2018). Os distúrbios psicológicos associados à hospitalização podem contribuir para eventos adversos e desfechos clínicos insatisfatórios (GEENSE et al., 2020). Embora parte dos mecanismos que relacionam esses transtornos a resultados negativos já tenha sido elucidada, ainda é fundamental desenvolver estratégias de triagem para identificar pacientes mais vulneráveis a transtornos de humor no contexto hospitalar (SHOAR et al., 2016).

Nesse cenário, os transtornos de ansiedade figuram entre os mais prevalentes, causando prejuízos sociais, econômicos e até nutricionais (LOCKMANN et al., 2020). Estudos de prevalência indicam que entre 20% e 60% dos pacientes hospitalizados em unidades gerais apresentam algum tipo de distúrbio psiquiátrico, sendo os transtornos depressivos e ansiosos os mais frequentes. A variação nesses dados depende da população estudada e dos critérios metodológicos utilizados (GULLICH et al., 2013; LOCKMANN et al., 2020).

As taxas de ansiedade podem variar conforme a unidade hospitalar e as comorbidades do paciente (TESFAW et al., 2021). Por exemplo, altos índices de prevalência (cerca de 65%) são relatados entre pacientes no pré-operatório ou que convivem com dores crônicas. Outros fatores, como desemprego, também estão associados a níveis elevados de ansiedade durante a hospitalização. Além disso, o gênero feminino tem se mostrado mais predisposto a níveis superiores de ansiedade em comparação ao masculino (GULLICH et al., 2013).

Segundo a classificação do *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (DSM-IV), os principais transtornos de ansiedade incluem agorafobia, transtorno de pânico, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), fobia social, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e transtorno de ansiedade generalizada (TAG) (COSTA et al., 2019). Com o advento do DSM-5, houve uma reorganização desses transtornos, aprimorando sua classificação e facilitando o diagnóstico por meio de critérios que contemplam diferentes faixas etárias, gêneros e contextos culturais (WITTCHEN; HEINIG; BEESDO-BAUM, 2014).

A ansiedade é uma reação emocional normal e esperada diante de situações novas ou desconhecidas (SILVERMAN; VAN SCHALKWYK, 2019). Pode ser definida como um sentimento difuso, desagradável e vago de apreensão, frequentemente acompanhado por sintomas autonômicos como cefaleia, sudorese, palpitações e desconforto abdominal (SARADHADEVI; HEMAVATHY, 2022). Embora seja uma resposta natural e comum, sua exacerbação pode evoluir para transtornos de ansiedade, impactando negativamente a qualidade de vida do indivíduo (PEREIRA et al., 2022).

A avaliação dos aspectos psicossociais do paciente e a manutenção de uma comunicação atenta são fundamentais no contexto terapêutico. Esses cuidados permitem ao paciente expressar suas emoções e sentimentos, incentivando-o a mobilizar recursos internos para enfrentar suas dificuldades, fortalecer suas motivações e criar um vínculo de confiança com a equipe de saúde. Em casos de pacientes não verbais, alternativas como leitura labial, sinalizações, escrita ou uso de figuras devem ser empregadas, promovendo a expressão e acessando o universo subjetivo do indivíduo (LUCCHESI et al., 2023).

Compreender os fatores que contribuem para a exacerbação dos transtornos ansiosos durante a hospitalização é essencial para desenvolver estratégias de intervenção eficazes e promover ambientes de cuidado mais saudáveis (CASSELI et al., 2023). Assim, este estudo, por meio de uma revisão de literatura, busca analisar o impacto da hospitalização na exacerbação de transtornos ansiosos e explorar opções de manejo não farmacológico. Serão examinadas diferentes abordagens de tratamento e seus impactos na vida dos pacientes, com o intuito de fornecer subsídios para aprimorar a qualidade do cuidado oferecido.

## 2 METODOLOGIA

Este estudo adotou a revisão sistemática da literatura como delineamento metodológico, com o objetivo de realizar uma síntese abrangente e rigorosa de estudos primários disponíveis sobre a relação entre a hospitalização e a exacerbação de transtornos ansiosos, além de seu manejo. A revisão foi conduzida de forma objetiva e reprodutível, seguindo princípios fundamentais, como a busca exaustiva por estudos relevantes, a seleção justificada com base em critérios claros de inclusão e exclusão e a avaliação da qualidade metodológica dos artigos revisados.

Para garantir a qualidade da revisão, foi empregada a metodologia PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), que fornece um conjunto de diretrizes baseadas em evidências para a elaboração de revisões sistemáticas e meta-análises. Essas diretrizes incluem uma lista de itens e um diagrama de fluxo que orientam as etapas necessárias, como título, resumo, introdução, métodos, resultados e discussão (MOHER et al., 2009).

As bases de dados utilizadas para a pesquisa foram a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS-Brasil), PubMed e SciELO, abrangendo o período de 2020 a 2024. As palavras-chave empregadas na busca incluíram "Internação" e "Transtornos ansiosos", pesquisadas em português, espanhol e inglês. Os critérios de inclusão definidos para este estudo foram: publicações nos últimos quatro anos, em inglês ou português, estudos primários que analisaram a relação entre hospitalização e fatores relacionados à ansiedade, e estudos que atenderam aos critérios de qualidade metodológica estabelecidos pelo método PRISMA.

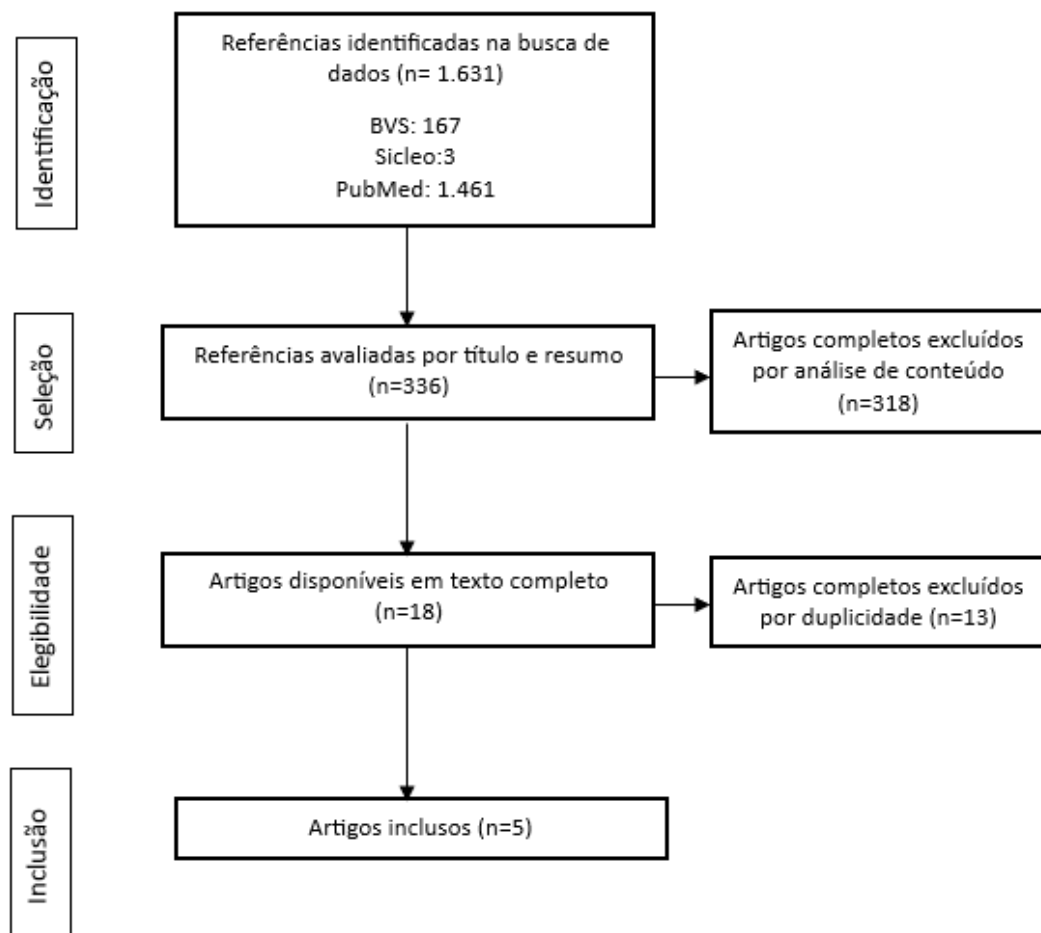
Inicialmente, os artigos foram triados com base em seus resumos, seguindo os critérios de inclusão estabelecidos. Em seguida, os artigos pré-selecionados e aqueles que geraram dúvidas foram avaliados integralmente em uma segunda etapa de seleção. Apenas estudos que abordaram tanto a exacerbação da ansiedade durante a hospitalização quanto formas de manejo e intervenções foram incluídos na revisão. Artigos que se concentraram exclusivamente em quadros clínicos ou em intervenções não relacionadas à ansiedade foram excluídos.

Os artigos selecionados foram analisados detalhadamente por meio de técnicas de análise temática de conteúdo, com o objetivo de identificar os principais temas relacionados aos objetivos, métodos e resultados dos estudos.

### 3 RESULTADOS

Este estudo teve como resultado, a seleção de 5 artigos. Para isso, foram encontrados 1.631 artigos na base de dados, 336 foram revisados por conteúdo e título e 318 excluídos por análise de conteúdo. Por fim, foram analisados 18 artigos compatíveis com os critérios de inclusão e de acordo com a metodologia prisma, sendo selecionados somente 5 estudos devido a exclusão de artigos duplicados. O método realizado na seleção dos estudos pode ser observado na Figura 1 por meio de um fluxograma, em que há descrito detalhadamente os passos segundo os critérios do modelo PRISMA.

**Figura 1** - Processo de seleção dos estudos (diagrama de fluxograma)



Fonte: Autor, 2024.

Dentre os 5 artigos selecionados, 4 são ensaio clínico randomizado e 1 é uma análise transversal. Os artigos em conjunto evidenciam a necessidade de integrar intervenções não tradicionais e o envolvimento familiar no cuidado hospitalar, destacando a complexidade da



saúde mental tanto para pacientes quanto para seus familiares em situações de hospitalização. Essas práticas podem não apenas melhorar a experiência hospitalar, mas também contribuir para resultados de saúde mental mais positivos.

O estudo de *Philippot et al* (2022) investigou os efeitos do exercício físico em adolescentes internados por depressão e ansiedade. Cinquenta e dois participantes foram randomizados em dois grupos: um que realizou intervenções de exercício físico e outro que participou de um programa de relaxamento social. Ambos os grupos participaram de 20 sessões de uma hora, três a quatro vezes por semana, durante seis semanas. Os resultados mostraram que o grupo de exercício físico teve uma redução significativa nos sintomas de depressão, com uma diminuição média de 3,8 pontos na Escala de Ansiedade e Depressão Hospitalar (HADS-D), enquanto o grupo de controle teve uma redução média de apenas 0,7 pontos. Não foram observadas diferenças significativas nos sintomas de ansiedade entre os grupos. O estudo concluiu que a terapia de exercício é uma intervenção promissora para melhorar a saúde mental de adolescentes internados, sugerindo que deveria ser integrada aos cuidados psiquiátricos.

O estudo de *Contreras-Molinas et al* (2021) analisou a eficácia da musicoterapia na redução da ansiedade e dor em pacientes críticos politraumatizados em unidade de reanimação. Realizou com uma amostra de 60 pacientes, sendo 30 no grupo de intervenção (GI) e 30 no grupo controle (GC). Os pacientes do GI participaram de uma sessão musical de 30 minutos, durante a qual foram medidos a frequência cardíaca (FC) e a pressão arterial (PA). Foram aplicadas escalas visuais analógicas (EVA) para avaliar ansiedade e dor antes e após cada sessão. O GC não recebeu a sessão musical. A sessão musical consistiu em três partes: música padrão escolhida por musicoterapeutas, música personalizada escolhida pelo paciente e uma nova música padrão. A intervenção foi realizada em uma cabine com fones de ouvido.

*Contreras-Molinas et al* (2021) observaram uma redução significativa nos níveis de ansiedade ( $P < 0,01$ ) e dor ( $P < 0,01$ ) no grupo que recebeu a intervenção, conforme medido pelas escalas EVA. Não houve diferenças significativas nos parâmetros fisiológicos de FC e PA. Sendo assim, a utilização de música em pacientes críticos politraumatizados demonstrou reduzir os níveis de ansiedade e dor, aumentando o bem-estar do paciente e melhorando a qualidade do atendimento. A musicoterapia é considerada uma medida complementar benéfica nas unidades de terapia intensiva, e sugere-se a continuidade de estudos nesta e em outras áreas hospitalares.

O estudo de *Çamur e Sarikaya Karabudak (2020)* avaliou o impacto da participação dos pais no cuidado de crianças hospitalizadas sobre a satisfação dos pais e a ansiedade de pais e filhos. Realizado como um ensaio clínico randomizado, a pesquisa envolveu 122 pais e seus filhos em um hospital na Turquia. Os resultados mostraram que a participação ativa dos pais no cuidado melhorou a satisfação em relação aos serviços de saúde e reduziu a ansiedade tanto dos pais quanto das crianças.

Os pesquisadores do estudo dividiram os participantes em dois grupos: um grupo experimental, no qual os pais eram incentivados a se envolver ativamente nos cuidados diários dos filhos durante a internação, e um grupo controle, que recebeu os cuidados padrões, sem a participação ativa dos pais. As métricas de avaliação incluíram questionários sobre a satisfação dos pais em relação aos cuidados recebidos e escalas de avaliação da ansiedade, aplicadas tanto aos pais quanto às crianças. A delimitação do estudo permitiu que os autores isolassem a variável da participação parental, o que trouxe achados valiosos sobre a importância do apoio familiar no contexto hospitalar e seus efeitos no bem-estar emocional tanto dos pais quanto das crianças.

*Alinia-Najjar et al (2020)* investigaram o efeito da massagem reflexológica nos pés sobre a ansiedade relacionada à dor em queimaduras e as condições de sono de pacientes internados na UTI de queimaduras. O estudo foi conduzido em uma UTI de queimaduras em um hospital no Irã, utilizando um desenho de ensaio clínico randomizado. A amostra foi composta por 52 pacientes, com idades variando de 18 a 65 anos, todos com queimaduras moderadas a severas resultantes de acidentes não intencionais.

Os participantes do grupo de intervenção receberam massagem reflexológica nos pés por 20 minutos durante três dias consecutivos, começando no terceiro dia de internação, enquanto o grupo controle apenas recebeu cuidados padrão. A massagem foi realizada em um ambiente tranquilo, com a utilização de óleo para massagem. Quanto, a análise de dados foi realizada usando software estatístico (IBM SPSS 16) e técnicas estatísticas apropriadas, incluindo testes de Mann-Whitney e Friedman. Os resultados indicaram que, após a intervenção, houve uma redução significativa na ansiedade relacionada à dor e uma melhoria na duração e qualidade do sono entre os pacientes que receberam massagem nos pés, destacando a eficácia dessa técnica na melhora do bem-estar dos pacientes queimados.

Quanto ao último estudo analisado, *Souza et al (2022)*, foi realizado uma pesquisa transversal, seguindo rigorosamente as diretrizes estabelecidas pela declaração STROBE (Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology). Para a determinação do tamanho da amostra, considerou-se uma população de 862 admissões anuais nas UTIs do

hospital. A proporção estimada de familiares com sintomas de depressão foi fixada em 25%, com um intervalo de confiança de 95% e erro máximo de 5%. Assim, o cálculo inicial resultou em 218 familiares a serem entrevistados a cada ano. Com a inclusão de uma margem de 10% para perdas e recusas, foram entrevistados um total de 980 familiares de pacientes internados nas UTIs.

Neste estudo, a prevalência de sintomas depressivos entre os foi alarmante, alcançando 43,5%. A análise revelou que os fatores associados a uma maior prevalência de depressão incluíam ser do sexo feminino, idade abaixo de 40 anos, e a presença de problemas psíquicos prévios. Por exemplo, a depressão foi mais prevalente entre aqueles que não tinham problemas psíquicos prévios (93,5% dos entrevistados), sugerindo que um histórico de problemas de saúde mental pode agravar a situação emocional durante a hospitalização.

O resumo dos estudos selecionados pode ser analisado na tabela abaixo.

**Quadro 1** - Esboço do desenho experimental, o delineamento e principais resultados dos artigos selecionados.

Estudos	Delineamento	Abordagem/técnica	Resultados
<i>Philippot et al. (2019)</i>	Ensaio clínico randomizado	O estudo investigou o impacto do exercício físico na depressão e ansiedade em adolescentes internados. Realizou-se um ensaio clínico randomizado com dois grupos: um que participou de um programa de exercícios e outro que não teve intervenções físicas. O objetivo era avaliar como a atividade física influenciava o bem-estar mental dos jovens, medindo a gravidade dos sintomas de ansiedade e depressão.	Os resultados indicaram que o exercício físico teve um efeito positivo significativo na redução dos sintomas de depressão e ansiedade entre os adolescentes internados. A prática regular de atividades físicas foi associada a uma melhoria no estado emocional dos participantes, sugerindo que a inclusão de programas de exercício nas rotinas de tratamento pode ser uma estratégia eficaz para promover a saúde mental em contextos hospitalares.

<b>Contreras-Molina et al.</b> (2021)	Ensaio clínico randomizado	O estudo investigou a eficácia da musicoterapia na redução da ansiedade e dor em pacientes críticos politraumatizados em uma unidade de reanimação. A pesquisa foi realizada em um hospital de nível terciário na Espanha, envolvendo 60 pacientes divididos em dois grupos. O grupo de intervenção recebeu uma sessão musical de 30 minutos, enquanto o grupo de controle não recebeu tratamento.	Os resultados mostraram uma redução significativa nos níveis de ansiedade e dor no grupo de intervenção, indicando que a musicoterapia é uma abordagem benéfica para melhorar o bem-estar dos pacientes críticos.
<b>Çamur e Sarikaya Karabudak</b> (2020)	Ensaio clínico randomizado	O estudo investiga como a participação dos pais no cuidado de crianças hospitalizadas afeta a satisfação parental e a ansiedade de pais e filhos. Realizado em um hospital, os pesquisadores dividiram os participantes em dois grupos: um com envolvimento ativo dos pais nos cuidados e outro que seguiu o padrão habitual. Foram utilizados questionários para medir a satisfação e a ansiedade. O objetivo foi evidenciar a importância do apoio familiar na internação, sugerindo que a participação dos pais pode melhorar a experiência e o bem-estar emocional das crianças.	O estudo envolveu 122 pais e seus filhos hospitalizados, divididos em grupos de intervenção e controle. No grupo de intervenção, os pais participaram mais ativamente dos cuidados após receberem treinamento, e 97% expressaram vontade de se envolver. Os pais desse grupo relataram maior satisfação em aspectos como informações e comunicação. Além disso, tanto os pais quanto as crianças do grupo de intervenção apresentaram uma redução significativa nos níveis de ansiedade, ao contrário do grupo controle, que manteve níveis de ansiedade mais elevados.

<b><i>Alinia-najjar et al.</i></b> (2020)	Ensaio clínico randomizado	O estudo investigou o efeito da massagem reflexológica sobre a ansiedade relacionada à dor em queimaduras e as condições de sono de pacientes internados na UTI de queimaduras. Cinquenta e dois pacientes foram aleatoriamente divididos em grupos de intervenção e controle. O grupo de intervenção recebeu massagem reflexológica por 20 minutos durante três dias, enquanto o grupo controle recebeu apenas cuidados de rotina.	Os resultados mostraram uma diminuição significativa na ansiedade relacionada à dor e uma melhoria nas condições de sono no grupo de intervenção em comparação ao grupo controle.
<b><i>Souza et al.</i></b> (2022)	Estudo transversal	O estudo analisou 980 familiares de pacientes internados em um hospital público de grande porte na Bahia. A depressão foi medida pelo Patient Health Questionnaire-8. O modelo multivariado incluiu sexo e idade do paciente e do familiar, escolaridade, religião, convivência com o familiar, problemas psíquicos prévios e ansiedade.	A prevalência de depressão foi de 43,5%. O modelo multivariado revelou que fatores associados a uma maior prevalência de depressão incluíam ser do sexo feminino (39%), ter menos de 40 anos (26%) e apresentar problemas psíquicos prévios (38%). Maior escolaridade foi relacionada a uma prevalência de depressão 19% menor. Assim, a maior prevalência de depressão está associada ao sexo feminino, idade inferior a 40 anos e problemas psíquicos prévios.

Fonte: Autor, 2024.

## 5 DISCUSSÃO

É fundamental reconhecer a existência de diversas ferramentas para a prevenção da ansiedade e de outros transtornos ansiosos. Embora abordagens farmacológicas sejam amplamente utilizadas, métodos não farmacológicos têm ganhado destaque por sua eficácia e segurança (CASELLI et al., 2023).

A redução da ansiedade tem como consequência uma melhora na recuperação dos pacientes (GOLINO et al., 2019). Nesse contexto, a musicoterapia demonstrou ser eficaz na diminuição da dor em pacientes (SANJUÁN NAVÁIS et al., 2013) e, em uma única sessão, pode reduzir significativamente a ansiedade e a dor (CONTRERAS-MOLINA et al., 2021). Assim, a musicoterapia pode ser empregada como uma ferramenta não farmacológica na assistência à saúde, atuando em níveis psicológicos e fisiológicos, e deveria ser mais incentivada no ambiente hospitalar.

Além disso, a massagem reflexológica pode ser uma intervenção eficaz para reduzir a ansiedade e melhorar a qualidade do sono em pacientes internados com queimaduras, sendo uma adição valiosa ao tratamento convencional em UTIs de queimados (ALINIA-NAJJAR et al., 2020). Outros estudos também identificaram benefícios na redução da dor e ansiedade com o uso de massagem em grupos de adolescentes com queimaduras (PARLAK GUROL; POLAT; AKÇAY, 2010). Apesar de haver evidências substanciais dos benefícios da reflexoterapia e de outros tipos de massagem na recuperação de pacientes, ainda são escassas as pesquisas atuais que desenvolvam protocolos e manejos institucionalizados para o cuidado hospitalar.

Ademais, medidas simples podem impactar significativamente os desfechos dos pacientes. Por exemplo, crianças que contam com maior envolvimento dos pais nos cuidados hospitalares demonstram níveis reduzidos de ansiedade (ÇAMUR; SARIKAYA KARABUDAK, 2020). A presença e participação dos pais no ambiente hospitalar ajudam a reduzir o estresse infantil, já que a separação pode aumentar os níveis de ansiedade. Dessa forma, incentivar a proximidade e o apoio familiar durante o tratamento configura-se como uma maneira eficaz de prevenir e minimizar a ansiedade em crianças hospitalizadas (ÇAMUR; SARIKAYA KARABUDAK, 2020; VAN OORT et al., 2019).

Assim, compreender os fatores associados ao aumento da ansiedade durante a hospitalização, como a depressão, que é mais prevalente entre mulheres, pessoas mais jovens e indivíduos com histórico de problemas psíquicos, permite direcionar ações específicas para esses grupos (SOUZA et al., 2022).

## 6 CONCLUSÃO

Este estudo reforça a importância de estratégias de manejo que transcendem as intervenções farmacológicas tradicionais, destacando o uso de terapias complementares, como a musicoterapia e a massagem reflexológica, as quais demonstraram eficácia na redução da ansiedade e na melhora da qualidade de vida dos pacientes.

Além disso, o envolvimento ativo de familiares, especialmente nos cuidados pediátricos, revela-se essencial para mitigar a ansiedade associada ao ambiente hospitalar. Ressalta-se também a necessidade de atenção especial a grupos mais vulneráveis, como mulheres, jovens e indivíduos com histórico de transtornos psíquicos, que apresentam maior predisposição ao desenvolvimento de depressão e ansiedade.

Por fim, o estudo sugere que a integração de abordagens multidisciplinares pode favorecer a criação de ambientes hospitalares mais acolhedores e contribuir significativamente para a melhora dos desfechos relacionados à saúde mental dos pacientes.

## REFERÊNCIAS

ALINIA-NAJJAR, R. et al. The effect of foot reflexology massage on burn-specific pain anxiety and sleep quality and quantity of patients hospitalized in the burn intensive care unit (ICU). **Burns**, v. 46, n. 8, p. 1942–1951, 2020.

CASELLI, I. et al. The North Italian innovative project for common psychiatric disorders: evaluating the output of a treatment model of an outpatient clinic for anxiety and depression. **Frontiers in Public Health**, v. 10, 2023

CONTRERAS-MOLINA, M.; RUEDA-NÚÑEZ, A.; PÉREZ-COLLADO, M.L.; GARCÍA-MAESTRO, A. Efeito da musicoterapia sobre a ansiedade e o dor em pacientes críticos politraumatizados. **Enfermería Intensiva**, v. 32, n. 2, p. 79-87, abr.-jun. 2021.

COOLEY, C. et al. Impact of interventions targeting anxiety and depression in adults with asthma. **The Journal of Asthma: Official Journal of the Association for the Care of Asthma**, v. 59, n. 2, p. 273–287, 2022.

COSTA, C. O. et al. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 2, p. 92–100, abr. 2019.

CHEVALIER, A. et al. Exploring the initial experience of hospitalisation to an acute psychiatric ward. **PLoS ONE**, v. 13, n. 9, p. e0203457, 2018.

DELVECCHIO, E.; SALCUNI, S.; LIS, A.; GERMANI, A.; DI RISO, D. Hospitalized children: anxiety, coping strategies, and pretend play. **Frontiers in Public Health**, v. 7, 2019.

GEENSE, W. W. et al. Physical, mental, and cognitive health status of ICU survivors before ICU admission: a cohort study. **Critical Care Medicine**, v. 48, n. 9, p. 1271-1279, set. 2020.

GONZÁLEZ-MARTÍN, S. et al. Effects of a visit prior to hospital admission on anxiety, depression and satisfaction of patients in an intensive care unit. **Intensive and Critical Care Nursing**, v. 54, p. 46-53, out. 2019.

GULLICH, I. et al. Prevalence of anxiety in patients admitted to a university hospital in southern Brazil and associated factors. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 16, n. 3, p. 644-657, set. 2013.

GOLINO, A. J. et al. Impact of an active music therapy intervention on intensive care patients. **American Journal of Critical Care**, v. 28, p. 48-55, 2019.

LOCKMANN, Adriana da Silva; et al. Associação do estado nutricional com sintomas depressivos e ansiosos em idosos institucionalizados. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 6, p. 18774-18788, 2020.

LUCCHESI, F.; MACEDO, P. C. M.; MARCO, M. A. De. Saúde mental na unidade de terapia intensiva. **Revista da SBPH**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 19-30, jun. 2008.

PARLAK GUROL, A.; POLAT, S.; AKCAY, M. N. Itching, pain, and anxiety levels are reduced with massage therapy in burned adolescents. **Journal of Burn Care & Research**, v. 31, n. 3, p. 429-432, 2010.

PEREIRA, J. Q. da S.; SESTELO, M. R.; LIMA, C. T. da S. Sintomas de ansiedade e depressão em pacientes com doenças respiratórias internados em um hospital público. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 46, n. 4, p. 150-166, 2022.

PHILIPPOT, Arnaud et al. Impact of physical exercise on depression and anxiety in adolescent inpatients: a randomized controlled trial. **Journal of Affective Disorders**, v. 301, p. 145-153, 15 mar. 2022.

SANJUÁN NAVÁIS, M. et al. Efecto de la música sobre la ansiedad y el dolor en pacientes con ventilación mecánica. **Enferm Intensiva**, v. 24, p. 63-71, 2013.

SARADHADEVI, S.; HEMAVATHY, V. Anxiety disorders. **Cardiometry**, n. 24, p. 1010-1012, nov. 2022.

SILVERMAN, W. K.; VAN SCHALKWYK, G. I. What is anxiety? In: **Pediatric Anxiety Disorders**. 2019. p. 7-16.

SOUZA, L. M. de; et al. Prevalência e fatores associados a sintomas de depressão em familiares de pessoas hospitalizadas em unidade de terapia intensiva. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, v. 34, n. 4, p. 499-506, 2022



SHOAR, S. et al. Prevalence and determinants of depression and anxiety symptoms in surgical patients. **Oman Medical Journal**, v. 31, n. 3, p. 176–181, 2016.

TESFAW, G. et al. Anxiety and the associated factors among admitted surgical and medical patients, Addis Ababa, Ethiopia: a cross-sectional study. **Research Square**, preprint, versão 1, 26 maio 2021.

VAN OORT, P. J. et al. Participation of parents of hospitalized children in medical rounds: A qualitative study on contributory factors. **Journal of Pediatric Nursing**, v. 46, p. e44-e51, 2019

WITTCHEN, H.; HEINIG, I.; BEESDO-BAUM, K. Anxiety disorders in DSM-5: an overview on changes in structure and content. **Der Nervenarzt**, v. 85, n. 5, p. 548-552, 2014.

ÇAMUR, Z.; SARIKAYA KARABUDAK, S. The effect of parental participation in the care of hospitalized children on parent satisfaction and parent and child anxiety: randomized controlled trial. **International Journal of Nursing Practice**, v. 27, n. 5, 2020.