



CURSO TÉCNICO DE ENFERMAGEM

Bruno Henrique Xavier

Ester Evelyn Gabriel Avelino dos Santos

Maria Eduarda Vieira Ramos

Milena Aline de Almeida de Jesus

Tatiane Aparecida Pecorari

**SOB PRESSÃO: UMA ANÁLISE DA ANSIEDADE NO COTIDIANO
DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DA ATENÇÃO PRIMÁRIA
DE MATÃO**

**Matão - SP
2025**

Bruno Henrique Xavier

Ester Evelyn Gabriel Avelino dos Santos

Maria Eduarda Vieira Ramos

Milena Aline de Almeida de Jesus

Tatiane Aparecida Pecorari

**SOB PRESSÃO: UMA ANÁLISE DA ANSIEDADE NO COTIDIANO
DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM DA ATENÇÃO PRIMÁRIA
DE MATÃO**

Trabalho de Conclusão do Curso apresentado ao Curso Técnico em Enfermagem da Escola Técnica Estadual Sylvio de Mattos Carvalho, orientado pelo Prof. Thiago Eduardo de França, como parte dos requisitos para a obtenção do título de Técnico em Enfermagem.

**Matão, SP
2025**

RESUMO

A ansiedade entre profissionais de enfermagem da Atenção Primária à Saúde tem se mostrado um problema crescente, influenciado pela sobrecarga de trabalho, pela escassez de recursos e pelas exigências inerentes ao cuidado contínuo. A saúde mental desses profissionais impacta diretamente a qualidade da assistência prestada e a segurança do paciente. Considerando esse contexto, o presente estudo buscou analisar a prevalência e a intensidade dos sintomas ansiosos em profissionais de enfermagem atuantes na rede pública de atenção primária à saúde do município de Matão, São Paulo. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, transversal e descritiva, realizada com 20 profissionais de enfermagem, entre enfermeiros, técnicos e auxiliares. Os dados foram coletados por meio de questionário eletrônico contendo informações sociodemográficas e a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS). A aplicação ocorreu de forma digital, com autorização da Secretaria Municipal de Saúde e anuência dos participantes, garantindo anonimato e sigilo. Os resultados foram analisados de modo descritivo e inferencial, identificando a frequência e a intensidade dos sintomas. Os resultados evidenciaram predominância do gênero feminino (75%) e de profissionais com 40 anos ou mais (50%). A maioria possuía formação técnica (55%) e jornada de oito horas diárias (85%). Quanto à HADS, observou-se presença de sintomas leves de ansiedade, especialmente tensão constante (75%) e preocupação frequente (50%), com diminuição da sensação de alegria e interesse por atividades diárias. Apesar disso, não foram identificados casos graves, e a maioria dos participantes manteve capacidade de enfrentamento e adaptação emocional. Os achados indicam que o ambiente de trabalho na atenção primária é permeado por fatores estressores que contribuem para o desgaste físico e mental dos profissionais. A sobrecarga, a falta de reconhecimento e as condições estruturais precárias elevam os níveis de ansiedade e interferem no desempenho assistencial. Conclui-se que, embora os sintomas observados sejam leves, há necessidade de políticas institucionais voltadas ao bem-estar psicológico da equipe de enfermagem. Estratégias como apoio emocional, espaços de escuta e valorização profissional são fundamentais para promover saúde mental, reduzir o adoecimento e fortalecer a qualidade do cuidado prestado à população.

Descritores: Ansiedade. Enfermagem. Atenção Primária à Saúde. Saúde Mental. Qualidade de Vida.

ABSTRACT

Anxiety among nursing professionals in Primary Health Care has become an increasing concern, influenced by work overload, lack of resources, and the demands inherent to continuous patient care. The mental health of these professionals directly affects the quality of care provided and patient safety. Considering this context, the present study aimed to analyze the prevalence and intensity of anxiety symptoms among nursing professionals working in the public primary health care network of Matão, São Paulo. This is a quantitative, cross-sectional, and descriptive study conducted with 20 nursing professionals, including nurses, technicians, and assistants. Data were collected through an electronic questionnaire containing sociodemographic information and the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS). The application was carried out digitally, with authorization from the Municipal Health Department and consent from the participants, ensuring anonymity and confidentiality. The results were analyzed descriptively and inferentially, identifying the frequency and intensity of symptoms. The findings showed a predominance of female participants (75%) and professionals aged 40 years or older (50%). Most had technical training (55%) and worked eight-hour daily shifts (85%). Regarding the HADS, mild anxiety symptoms were observed, especially constant tension (75%) and frequent worry (50%), along with decreased feelings of joy and interest in daily activities. Nevertheless, no severe cases were identified, and most participants maintained

coping and emotional adaptation abilities. The results indicate that the primary care work environment is permeated by stressors that contribute to physical and mental strain among professionals. Work overload, lack of recognition, and poor structural conditions increase anxiety levels and affect professional performance. It is concluded that, although the symptoms observed were mild, institutional policies focused on the psychological well-being of the nursing team are needed. Strategies such as emotional support, listening spaces, and professional appreciation are essential to promote mental health, reduce illness, and strengthen the quality of care provided to the population.

Keywords: Anxiety. Nursing. Primary Health Care. Mental Health. Quality of Life.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental dos profissionais de enfermagem tem sido amplamente discutida na literatura, especialmente devido à crescente incidência de transtornos psicológicos associados ao ambiente de trabalho. Entre esses transtornos, destaca-se a ansiedade, que pode comprometer o desempenho, a motivação e a qualidade da assistência prestada. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que mais de 260 milhões de pessoas sofrem de algum transtorno de ansiedade no mundo, sendo o Brasil um dos países com maior prevalência desses casos (OMS, 2017).

No contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), em especial na Estratégia de Saúde da Família (ESF), os profissionais enfrentam múltiplas demandas que envolvem longas jornadas de trabalho, sobrecarga emocional e contato direto com o sofrimento humano. Moura et al. (2018) identificaram que 30% dos profissionais da APS apresentavam sintomas de ansiedade, sendo os principais fatores associados à dificuldade para dormir, pressão no trabalho e histórico de tratamento para ansiedade. Esses achados evidenciam a influência direta do ambiente laboral sobre o bem-estar psicológico dos trabalhadores.

De modo semelhante, Fernandes *et al.* (2018) verificaram que, embora a maioria dos técnicos de enfermagem apresentasse níveis baixos de ansiedade, fatores como baixa remuneração, desvalorização profissional e sobrecarga de trabalho foram determinantes para o surgimento do transtorno. Tais fatores se repetem em outros estudos brasileiros, reforçando a importância de se compreender a relação entre as condições de trabalho e a saúde mental dos profissionais.

Julio *et al.* (2022) também observaram alta prevalência de ansiedade e depressão entre profissionais da APS, principalmente entre os agentes comunitários de saúde, grupo frequentemente exposto a vínculos precários e infraestrutura inadequada. Já durante o período pandêmico, Silva-Costa *et al.* (2022) destacaram que o medo da infecção pela COVID-19 intensificou os sintomas de ansiedade e estresse, afetando mais de 40% dos trabalhadores da saúde, especialmente aqueles com percepção elevada de risco de adoecimento.

Esses dados dialogam com as observações de Lima *et al.* (2024), que abordam a saúde

mental dos profissionais de enfermagem na contemporaneidade, apontando que a sobrecarga, os baixos salários, a falta de reconhecimento e o excesso de responsabilidade são fatores que contribuem para o adoecimento psíquico e o desenvolvimento de transtornos como a ansiedade e a síndrome de Burnout.

Diante disso, este estudo tem como objetivo identificar o nível de ansiedade entre os profissionais de enfermagem da Atenção Primária à Saúde e discutir seus fatores associados, contribuindo para a reflexão sobre a importância do cuidado emocional desses trabalhadores e para o desenvolvimento de estratégias institucionais que promovam saúde mental e qualidade de vida no trabalho.

2 METODOLOGIA

Este estudo configura-se como uma pesquisa quantitativa, transversal e descritiva. A pesquisa quantitativa caracteriza-se pela coleta e análise de dados numéricos, permitindo a mensuração objetiva das variáveis estudadas e a identificação de padrões estatísticos. O delineamento transversal refere-se à coleta de dados em um único momento no tempo, possibilitando uma análise do estado atual da população investigada. Já a pesquisa descritiva tem como objetivo principal detalhar características e fenômenos observados, sem necessariamente estabelecer relações causais, buscando descrever a prevalência e os fatores associados à ansiedade no cotidiano dos profissionais de enfermagem (Gil, 2002).

A população-alvo foi composta por 20 profissionais de enfermagem, incluindo enfermeiros, técnicos de enfermagem e auxiliares de enfermagem, que atuam nas unidades básicas de saúde da rede pública de Atenção Primária à Saúde (APS) do município de Matão, São Paulo. Foram incluídos profissionais com vínculo ativo na APS e que consentiram voluntariamente em participar da pesquisa, por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, assegurando sua participação ética e informada.

A coleta de dados foi realizada 11 de setembro a 11 de outubro de 2025 por meio do envio de um questionário estruturado, dividido em duas partes: a primeira contendo dados sociodemográficos (idade, gênero, tempo de atuação, escolaridade, carga horária, entre outros) e a segunda composta pela Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS).

A Escala HADS foi desenvolvida por Zigmond e Snaith em 1983, com o objetivo de avaliar os sintomas de ansiedade e depressão em pacientes hospitalizados, embora hoje seja amplamente utilizada em diferentes contextos, incluindo pesquisas populacionais e estudos com profissionais da saúde. É um instrumento validado composto por 14 itens, divididos em duas subescalas: uma para ansiedade e outra para depressão, permitindo a identificação e quantificação prática e confiável desses sintomas.

O questionário foi enviado via aplicativo WhatsApp ao enfermeiro responsável de cada

unidade básica de saúde, que realizou a distribuição digital entre os profissionais da equipe. Esse método facilitou o acesso e a resposta dos participantes, garantindo a comodidade e o sigilo das informações coletadas. A pesquisa contou com a autorização formal da Secretaria Municipal de Saúde de Matão e da direção das unidades de saúde envolvidas, assegurando respaldo institucional para sua realização.

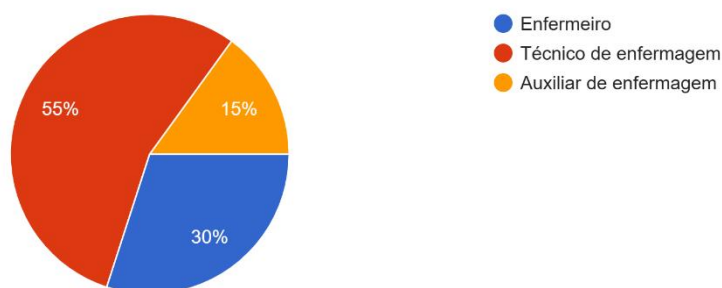
Os dados obtidos foram analisados de forma descritiva e inferencial, buscando identificar a prevalência dos sintomas ansiosos entre os profissionais e as possíveis associações com variáveis sociodemográficas e laborais.

3 RESULTADOS

Participaram da pesquisa 20 respondentes, todos declararam aceitar voluntariamente participar do estudo (100%). Observou-se predominância de indivíduos do gênero feminino, que corresponderam a 75% da amostra, enquanto 25% identificaram-se como do gênero masculino. Em relação à faixa etária, nota-se que a maioria dos participantes tem 40 anos ou mais (50%), seguida pelas faixas de 31 a 40 anos (30%), 20 a 30 anos (15%), e apenas 5% possuem 51 anos. Esses dados evidenciam um grupo de participantes predominantemente adulto, com significativa representatividade de profissionais com maior maturidade e experiência, características que podem influenciar as percepções apresentadas ao longo da pesquisa.

Gráfico 1 – Distribuição dos participantes segundo a formação profissional

Formação:
20 respostas

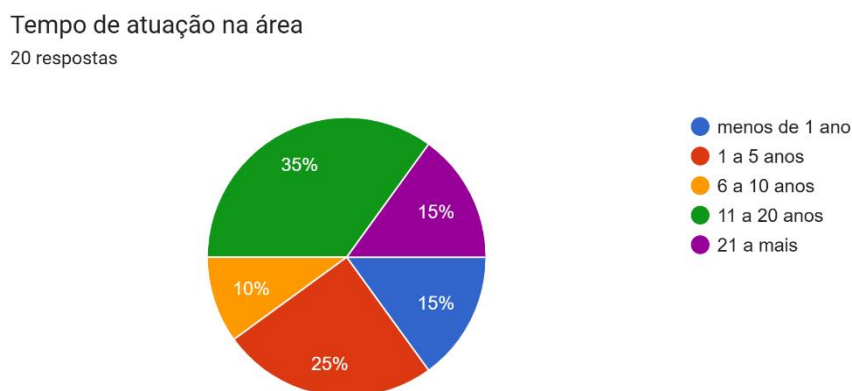


Fonte: os autores, 2025.

Conforme apresentado no Gráfico 1, observa-se que a maioria dos participantes possui formação como Técnico de Enfermagem (55%), seguida por Enfermeiros (30%) e Auxiliares de Enfermagem (15%). Essa distribuição indica uma predominância de profissionais de nível técnico, o que reflete a composição característica da força de trabalho em enfermagem no contexto brasileiro, onde a categoria técnica representa o maior contingente. A presença

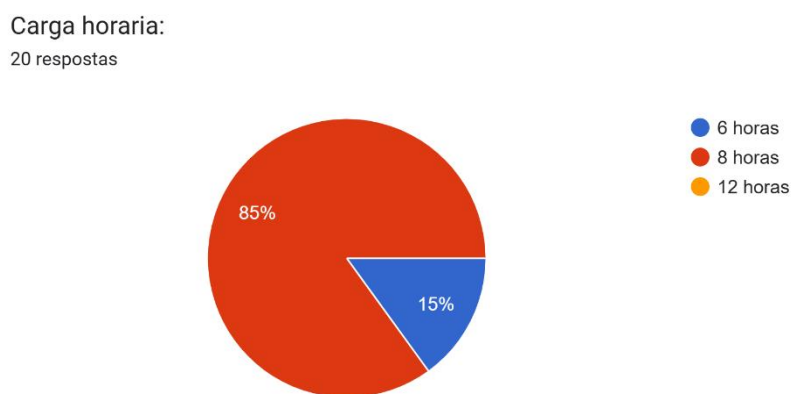
significativa de enfermeiros e auxiliares, entretanto, contribui para uma diversidade de experiências e perspectivas dentro do grupo pesquisado, enriquecendo a análise sobre o tema investigado.

Gráfico 2 – Tempo de atuação profissional na área da enfermagem.



Fonte: os autores.

Gráfico 3 – Carga horária de trabalho dos participantes.



Fonte: os autores, 2025.

Com base nos gráficos 2 e 3, observa-se que o grupo de participantes apresenta uma diversidade significativa quanto ao tempo de atuação profissional e à carga horária de trabalho. Em relação ao tempo de atuação na área da Enfermagem, nota-se que 35% dos profissionais possuem entre 11 e 20 anos de experiência, enquanto 25% atuam de 6 a 10 anos, e 15% têm menos de 1 ano ou mais de 21 anos de exercício profissional. Esses dados revelam que a amostra é composta majoritariamente por profissionais experientes, com ampla vivência prática no campo da saúde. Quanto à carga horária de trabalho, a maioria (85%) cumpre jornada de 8 horas diárias, enquanto 15% trabalham 6 horas, evidenciando um perfil de profissionais com rotina laboral intensa, característica comum em serviços de saúde que demandam assistência contínua.

Essa realidade pode impactar diretamente nas percepções e práticas relatadas ao longo da pesquisa.

A Escala de Ansiedade e Depressão Hospitalar (HADS) foi aplicada aos profissionais de enfermagem da atenção primária de Matão, com o objetivo de identificar indícios de sintomas emocionais relacionados à ansiedade e à depressão. Os resultados são apresentados na tabela a seguir:

Tabela 1 – Distribuição das respostas na Escala HADS entre profissionais de enfermagem da atenção primária de Matão/SP, 2025, (n=20).

| Item da HADS | Alternativas mais frequentes | Percentual |
|---|-------------------------------|------------|
| Eu me sinto tensa(o) ou contrariada(o) | A maior parte do tempo | 75% |
| Eu ainda sinto que gosto das mesmas coisas de antes | Sim, do mesmo jeito que antes | 60% |
| Eu sinto uma espécie de medo, como se algo ruim fosse acontecer | Sim, de um jeito muito forte | 35% |
| Estou com a cabeça cheia de preocupações | Boa parte do tempo | 50% |
| Eu me sinto alegre | Poucas vezes | 65% |
| Eu me sinto inquieta(o), como se não pudesse ficar parada(o) | Bastante | 40% |
| Fico animada(o) esperando as coisas boas que estão por vir | Um pouco menos que antes | 50% |
| De repente tenho a sensação de entrar em pânico | Não sinto isso | 70% |

Fonte: os autores, 2025.

Os resultados demonstraram que a maioria dos participantes apresentou tendência a sintomas leves de ansiedade, conforme a frequência de respostas aos itens da escala. No item “*Eu me sinto tensa(o) ou contrariada(o)*”, 75% dos respondentes afirmaram sentir-se assim “*a maior parte do tempo*”, enquanto 25% indicaram “*boa parte do tempo*”. No item “*Eu sinto uma espécie de medo, como se alguma coisa ruim fosse acontecer*”, verificou-se distribuição equilibrada das respostas: 35% afirmaram “*sim, de um jeito muito forte*”, 30% “*sim, mas não tão forte*” e 35% “*um pouco, mas isso não me preocupa*”.

Com relação à preocupação constante, 50% dos profissionais relataram sentir-se com a cabeça cheia de preocupações “*boa parte do tempo*”, 20% “*a maior parte do tempo*” e 25% “*de vez em quando*”. Quanto à sensação de inquietação, 25% declararam sentir-se “*demais*”, 40% “*bastante*” e 30% “*um pouco*”.

Nos itens relacionados ao humor, 60% dos participantes afirmaram “*gostar das mesmas*

coisas de antes”, enquanto 35% relataram “*não tanto quanto antes*”. Além disso, 45% dos respondentes mencionaram “*não estarem se cuidando como deveriam*”, e 45% afirmaram “*talvez não tanto quanto antes*”, sugerindo diminuição do interesse em atividades pessoais. Quanto ao sentimento de alegria, 65% relataram sentir-se alegres “*poucas vezes*”, e 25% “*muitas vezes*”.

Por fim, no item “*Fico animada(o) esperando as coisas boas que estão por vir*”, 50% responderam “*um pouco menos que antes*” e 30% “*bem menos que antes*”. Em relação ao item “*De repente tenho a sensação de entrar em pânico*”, 70% afirmaram “*não sentir isso*” e 25% “*de vez em quando*”, indicando que a maioria não apresenta sintomas de pânico recorrentes.

Esses resultados apontam para a presença de sintomas emocionais leves, especialmente de natureza ansiosa, com impacto sobre o humor e o prazer nas atividades diárias.

4 DISCUSSÃO

Os resultados obtidos nesta pesquisa revelaram a presença de sintomas leves de ansiedade entre os profissionais de enfermagem da Atenção Primária à Saúde (APS) do município de Matão, conforme identificado pela Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS). Observou-se que 75% dos participantes relataram sentir-se tensos ou contrariados “*a maior parte do tempo*”, e 65% afirmaram sentir-se alegres apenas “*poucas vezes*”. Esses achados indicam um quadro de sofrimento emocional moderado, caracterizado principalmente pela tensão, preocupação e redução do prazer em atividades cotidianas — aspectos frequentemente associados à sobrecarga de trabalho e às pressões inerentes ao exercício da enfermagem (Silva *et al.*, 2023).

A predominância do gênero feminino (75%) entre os participantes corrobora o perfil histórico da enfermagem brasileira, composto majoritariamente por mulheres, o que também se reflete em pesquisas nacionais e internacionais. Segundo Costa *et al.* (2020), a sobrecarga de papéis sociais, aliada às demandas profissionais, torna as mulheres mais suscetíveis a sintomas de ansiedade e depressão, especialmente quando submetidas a condições de trabalho intensas e emocionalmente desgastantes. O presente estudo evidencia essa tendência, uma vez que a maioria dos participantes relatou jornada de oito horas diárias, associada à atuação em serviços contínuos, o que pode contribuir para o aumento do estresse e o desgaste mental.

Outro fator relevante observado foi o tempo de atuação profissional: 35% dos respondentes possuem entre 11 e 20 anos de experiência. Alves *et al.* (2019) destacam que o acúmulo de responsabilidades e o contato prolongado com situações de sofrimento e vulnerabilidade humana favorecem o surgimento de quadros ansiosos entre profissionais mais experientes, muitas vezes associados ao esgotamento físico e emocional. Essa vivência, ainda

que promova amadurecimento técnico, tende a aumentar a vulnerabilidade psíquica diante da rotina assistencial e da falta de reconhecimento profissional.

Os resultados também indicaram que, embora a maioria dos profissionais não apresente sintomas graves de pânico, há um predomínio de preocupações persistentes e sensação de tensão constante, o que pode refletir o impacto do ambiente de trabalho sobre o bem-estar mental. De acordo com Martínez *et al.* (2018), fatores organizacionais — como sobrecarga de tarefas, falta de suporte institucional e precarização dos vínculos trabalhistas — são preditores significativos de ansiedade em trabalhadores da saúde. Nesse sentido, a presença de sintomas leves, mas recorrentes, deve ser vista como um sinal de alerta, indicando a necessidade de intervenções preventivas no contexto ocupacional.

A análise das respostas também sugere que muitos profissionais apresentam redução do interesse e prazer em atividades pessoais, o que pode estar relacionado ao processo de fadiga por compaixão, descrito por Oliveira *et al.* (2021) como uma resposta emocional típica de profissionais que lidam constantemente com o sofrimento alheio. Esse fenômeno se manifesta por meio da exaustão emocional e da diminuição da capacidade de empatia, interferindo diretamente na qualidade do cuidado prestado e na saúde mental do trabalhador.

Outro aspecto a ser considerado é o papel do suporte institucional. A literatura demonstra que ambientes de trabalho que promovem espaços de escuta e apoio psicológico reduzem significativamente os índices de ansiedade e depressão entre profissionais de enfermagem (Costa *et al.*, 2020). No entanto, o estudo realizado em Matão evidencia a carência de estratégias institucionais voltadas ao cuidado com a saúde mental desses profissionais, o que pode agravar o impacto do estresse cotidiano e dificultar a adoção de práticas de autocuidado.

Comparando os resultados locais com o estudo de Gomes *et al.* (2022), nota-se semelhança nos achados sobre o predomínio de sintomas leves a moderados de ansiedade entre profissionais da Atenção Primária. Ambos os estudos apontam que a sobrecarga de trabalho e a responsabilidade direta pelo cuidado da população contribuem para o desgaste emocional, reforçando a importância de ações de promoção da saúde mental nas equipes de enfermagem. Tais intervenções podem incluir rodas de conversa, acompanhamento psicológico, educação permanente e reorganização das escalas de trabalho, buscando reduzir a sobrecarga física e psíquica.

Além disso, a pandemia de COVID-19 intensificou os níveis de ansiedade na enfermagem, mesmo entre profissionais da atenção básica, devido à ampliação da demanda assistencial e à insegurança quanto à própria saúde (Coutinho *et al.*, 2025). Embora o presente estudo não tenha ocorrido em período pandêmico, é possível inferir que seus efeitos prolongados ainda impactam o bem-estar dos trabalhadores, especialmente em municípios de médio porte como Matão, onde as equipes de saúde enfrentam desafios estruturais e limitações de recursos humanos.

Dessa forma, os achados desta pesquisa reforçam o que vem sendo apontado pela literatura: os sintomas de ansiedade entre profissionais de enfermagem são multifatoriais, envolvendo tanto aspectos pessoais quanto organizacionais. A predominância de sintomas leves sugere que ainda há espaço para ações preventivas eficazes, que podem evitar a evolução para quadros mais graves de adoecimento mental. A valorização do profissional de enfermagem, o reconhecimento de sua carga emocional e a oferta de suporte institucional contínuo são medidas essenciais para promover o equilíbrio psicológico e a qualidade da assistência prestada à população.

Em síntese, os resultados obtidos demonstram coerência com os estudos revisados, evidenciando que a ansiedade na enfermagem é um fenômeno presente e preocupante, mesmo em níveis leves. A discussão aqui apresentada destaca a necessidade urgente de políticas públicas e estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental e à humanização das condições de trabalho, fundamentais para o fortalecimento da atenção primária e para o cuidado integral dos profissionais que sustentam o sistema de saúde.

5 CONCLUSÃO

O presente estudo possibilitou identificar a presença de sintomas leves de ansiedade entre os profissionais de enfermagem da Atenção Primária à Saúde do município de Matão, apontando a existência de impactos emocionais que, embora não se configurem como quadros graves, exigem atenção e cuidado. Os resultados obtidos pela Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS) evidenciaram que a maioria dos participantes relatou sentir-se tensa, preocupada e com redução da alegria e do interesse em atividades cotidianas, o que reflete um estado de desgaste emocional associado às condições de trabalho.

Verificou-se que fatores como carga horária extensa, acúmulo de funções e responsabilidades, além da sobrecarga física e mental, influenciam diretamente na saúde emocional dos profissionais. A predominância do gênero feminino e o tempo prolongado de atuação na área também se mostraram aspectos relevantes, considerando as múltiplas demandas enfrentadas diariamente, tanto no ambiente laboral quanto fora dele. Esse contexto contribui para a manifestação de sintomas de ansiedade e para a diminuição do bem-estar geral.

Os achados ressaltam a importância de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental no ambiente de trabalho, com foco na prevenção e no suporte psicológico aos profissionais de enfermagem. Medidas como espaços de escuta, acompanhamento psicológico, educação permanente e valorização profissional são essenciais para fortalecer o equilíbrio emocional e melhorar a qualidade da assistência prestada à população.

Conclui-se que a ansiedade entre os profissionais de enfermagem é um fenômeno multifatorial, decorrente de exigências físicas, emocionais e organizacionais da profissão. A implementação de políticas de cuidado voltadas à saúde mental dos trabalhadores é fundamental para garantir um ambiente laboral mais saudável, promover a satisfação profissional e assegurar uma assistência humanizada e de qualidade no contexto da atenção primária.

A implementação de espaços de escuta, grupos de apoio psicológico e medidas que melhorem as condições de trabalho são estratégias essenciais para prevenir o adoecimento e fortalecer a motivação da equipe. Investir na saúde mental dos profissionais significa garantir assistência mais segura, humanizada e de qualidade para toda a comunidade.

REFERÊNCIAS

FERNANDES, B.M.A.; NETO, G.C.; ARAUJO, P.R.S.; TRAJANO, F.M.P.; BRAGA, J.E.F. Ansiedad en técnicos de enfermería de atención primaria. **Revista eGlobal**, v. 17, n. 3, p. 1–10, 2018. DOI: <https://doi.org/10.6018/eglobal.17.3.289541>. Acesso em: 6 nov. 2025.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

LIMA, J.F.C. Saúde mental dos profissionais de enfermagem na contemporaneidade. **Scientific Electronic Archives**, v. 17, n. 3, mai./jun. 2024. DOI: 10.36560/17320241881 Acesso em: 6 out. 2025

JULIO, R. S.; LOURENÇÃO, L. G.; OLIVEIRA, S. M.; FARIAS, D. H. R.; GAZETTA, C. E. Prevalência de ansiedade e depressão em trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 30, e2997, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO22712997>. Acesso em: 6 nov. 2025.

MOURA, A.; LUNARDI, R.; VOLPATO, R.; NASCIMENTO, V.; BASSOS, T.; LEMES, A. **Fatores associados à ansiedade entre profissionais da atenção básica**. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, n. 19, p. 17–26, jun. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.19131/rpesm.0198>. Acesso em: 6 nov. 2025

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Atlas da Saúde Mental**. Genebra: OMS, 2017. Disponível em: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/f72a2b90-61dd-43c2-82cb-57fe38bb02c3/content>. Acesso em: 6 out. 2025

SILVA-COSTA, A.; *et al.* **Percepção de risco de adoecimento por COVID-19 e depressão, ansiedade e estresse entre trabalhadores de unidades de saúde**. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 38, n. 3, e00198321, 2022. DOI: [10.1590/0102-311X00198321](https://doi.org/10.1590/0102-311X00198321) Acesso em: 7 nov. 2025

COUTINHO, Carlos Alexandre Gonçalves; MIRANDA, Tiffany Dias; LIMA, Layane da Silva. **Impacto da pandemia de Covid-19 na ansiedade de profissionais de enfermagem**. Revista Multidisciplinar, v. 38, n. 1, p. 1–13, 2025. Acesso em 7 nov. 2025