INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM PARA ADOLESCENTES COM TRANSTORNOS DE ANSIEDADE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

NURSING INTERVENTIONS FOR ADOLESCENTS WITH ANXIETY DISORDERS: AN INTEGRATIVE REVIEW

INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA PARA ADOLESCENTES CON TRASTORNOS DE ANSIEDAD: UNA REVISIÓN INTEGRATIVA

10.56238/IIMedCientifica-082

Maria Verônica Araújo Zavarize
Graduanda em Enfermagem
Instituição: Universidade do Estado do Pará
E-mail:veronicazavarizee@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0009-0006-5151-3449

Naelly dos Santos Silva
Graduanda em Enfermagem
Instituição: Universidade do Estado do Pará
E-mail: santosnaelly937@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0009-0001-1010-2401

Raíssa Yasmin Costa Medeiros
Graduanda em Enfermagem
Instituição: Universidade do Estado do Pará
E-mail: raissayc@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0009-0004-8293-2908

Izabel Lima dos Santos
Graduanda em Sistema de Informação
Instituição: Universidade Federal do Oeste do Pará
E-mail: isabelsantos@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0009-0005-5552-4754

Adriane Cristina Galvão Cunha
Graduanda em Ciência da Computação
Instituição: Universidade do Oeste do Pará
E-mail: adriane.cunha@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0009-0001-2761-7452

Glauciney Pereira Gomes
Mestrado em Biociências
Instituição: Universidade do Estado do Pará
E-mail: glaucigomes@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0000-0002-7107-0570

Guilherme Augusto Barros Conde
Doutor em Engenharia Elétrica - Computação
Instituição: Universidade Federal do Oeste do Pará
E-mail: guilherme.conde@ufopa.edu.br
Orcid: https://orcid.org/0000-0003-3529-4101

Valney Mara Gomes Conde
Doutora em Neurociências
Instituição: Universidade do Estado do Pará
E-mail: valney.conde@uepa.br
Orcid: https://orcid.org/0000-0002-1179-5246

RESUMO
Objetivo: Analisar as principais intervenções de enfermagem voltadas a adolescentes com transtornos de ansiedade. Método: Revisão integrativa da literatura, realizada em março de 2026 nas bases PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), LILACS e SciELO. Utilizaram-se os softwares Mendeley e Rayyan para gerenciamento das referências e triagem dos estudos. Foram incluídos 18 estudos primários publicados entre 2016 e 2026, nos idiomas português e inglês, com delineamentos experimentais, quase-experimentais e observacionais. Resultados: Houve predominância de ensaios clínicos randomizados ou não randomizados (61,1%). A maioria dos estudos (66,7%) investigou sintomas de ansiedade de forma inespecífica; entre os transtornos específicos, o Transtorno de Ansiedade Generalizada foi o mais frequente (16,7%), seguido pelo Transtorno de Ansiedade Social (11,1%) e Transtorno do Pânico (11,1%). Os principais fatores de risco identificados foram psicológicos (77,8%), familiares (72,2%) e escolares (66,7%). As intervenções de enfermagem com maior consistência de evidência foram a psicoeducação (55,6%), a Terapia Cognitivo-Comportamental adaptada (50,0%) e as técnicas de relaxamento (50,0%). Os contextos de atuação mais frequentes foram a atenção primária à saúde (61,1%) e o ambiente escolar (55,6%). Conclusão: A enfermagem ocupa posição estratégica na promoção da saúde mental de adolescentes com transtornos de ansiedade. Intervenções baseadas em evidências, especialmente psicoeducação e Terapia Cognitivo-Comportamental adaptada, mostraram-se eficazes e aplicáveis na atenção primária e no ambiente escolar. Evidencia-se a necessidade de ampliação de estudos brasileiros, delineamentos longitudinais e análises de custo-efetividade.

Palavras-chave: Adolescente. Transtornos de Ansiedade. Enfermagem. Saúde Mental.

ABSTRACT
Objective: To analyze the main nursing interventions aimed at adolescents with anxiety disorders. Method: Integrative literature review conducted in March 2026 using the PubMed, Virtual Health Library (VHL), LILACS, and SciELO databases. Mendeley and Rayyan software were used for reference management and study screening. Eighteen primary studies published between 2016 and

2026, in Portuguese and English, with experimental, quasi-experimental, and observational designs were included. Results: Randomized and non-randomized clinical trials predominated (61.1%). Most studies (66.7%) investigated non-specific anxiety symptoms; among specific disorders, Generalized Anxiety Disorder was the most frequent (16.7%), followed by Social Anxiety Disorder (11.1%) and Panic Disorder (11.1%). The main identified risk factors were psychological (77.8%), family-related (72.2%), and school-related (66.7%). The nursing interventions with the strongest evidence were psychoeducation (55.6%), adapted Cognitive Behavioral Therapy (50.0%), and relaxation techniques (50.0%). The most frequent care settings were primary health care (61.1%) and schools (55.6%). Conclusion: Nursing plays a strategic role in promoting mental health among adolescents with anxiety disorders. Evidence-based interventions, especially psychoeducation and adapted Cognitive Behavioral Therapy, proved effective and applicable in primary care and school settings. Further Brazilian studies, longitudinal designs, and cost-effectiveness analyses are needed.

Keywords: Adolescent. Anxiety Disorders. Nursing. Mental Health.

RESUMEN

Objetivo: Analizar las principales intervenciones de enfermería dirigidas a adolescentes con trastornos de ansiedad. Método: Revisión integrativa de la literatura realizada en marzo de 2026 en las bases de datos PubMed, Biblioteca Virtual en Salud (BVS), LILACS y SciELO. Se utilizaron los softwares Mendeley y Rayyan para la gestión de referencias y selección de los estudios. Se incluyeron 18 estudios primarios publicados entre 2016 y 2026, en portugués e inglés, con diseños experimentales, cuasi-experimentales y observacionales. Resultados: Predominaron los ensayos clínicos aleatorizados y no aleatorizados (61,1%). La mayoría de los estudios (66,7%) investigó síntomas de ansiedad inespecíficos; entre los trastornos específicos, el Trastorno de Ansiedad Generalizada fue el más frecuente (16,7%), seguido por el Trastorno de Ansiedad Social (11,1%) y el Trastorno de Pánico (11,1%). Los principales factores de riesgo identificados fueron psicológicos (77,8%), familiares (72,2%) y escolares (66,7%). Las intervenciones de enfermería con mayor consistencia de evidencia fueron la psicoeducación (55,6%), la Terapia Cognitivo-Conductual adaptada (50,0%) y las técnicas de relajación (50,0%). Los contextos de actuación más frecuentes fueron la atención primaria de salud (61,1%) y el ámbito escolar (55,6%). Conclusión: La enfermería ocupa una posición estratégica en la promoción de la salud mental de adolescentes con trastornos de ansiedad. Las intervenciones basadas en evidencia, especialmente la psicoeducación y la Terapia Cognitivo-Conductual adaptada, demostraron ser eficaces y aplicables en la atención primaria y en el ámbito escolar. Se evidencia la necesidad de ampliar los estudios brasileños, los diseños longitudinales y los análisis de costo-efectividad.

Palabras clave: Adolescente. Trastornos de Ansiedad. Enfermería. Salud Mental.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de intensas transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais, marcado pela construção da identidade, busca por autonomia e consolidação das relações interpessoais. Nessa fase, o indivíduo torna-se mais suscetível a conflitos internos, pressões externas e sofrimento psíquico, o que pode favorecer o surgimento de transtornos mentais. Entre essas condições, os transtornos de ansiedade destacam-se como um dos problemas de saúde mental mais frequentes entre adolescentes, repercutindo diretamente no desenvolvimento saudável e na qualidade de vida (PERRIN et al., 2019; MELNYK, 2024).

A ansiedade, em níveis esperados, constitui uma resposta adaptativa a situações de ameaça ou desafio. Contudo, quando se torna intensa, persistente e desproporcional, compromete o funcionamento cotidiano. Sintomas como medo excessivo, irritabilidade, insegurança, inquietação, dificuldade de concentração, alterações do sono e esquiva social podem interferir negativamente no desempenho escolar, nas relações familiares e no convívio social (GINSBURG; MUGGEO, 2019; ALVES et al., 2021; CHARDAVOYNE et al., 2021.

Os transtornos de ansiedade frequentemente têm início na infância ou adolescência e podem persistir na vida adulta se não forem precocemente identificados e tratados. Entre os principais quadros observados nessa faixa etária estão o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), o Transtorno de Ansiedade Social, o Transtorno do Pânico, as Fobias Específicas, o Transtorno de Ansiedade de Separação, o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC) e o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) – cada qual com manifestações clínicas específicas e impactos relevantes na rotina do jovem (PERRIN et al., 2019; LOADES et al., 2020; NINGSIH et al., 2024; KAMIL et al., 2025).

O Transtorno de Ansiedade Generalizada merece atenção especial por seu caráter crônico e pelo prejuízo funcional significativo que acarreta. Caracteriza-se por preocupação excessiva e persistente relacionada a múltiplas áreas da vida (desempenho escolar, saúde, família, futuro), frequentemente acompanhada de sintomas somáticos e comorbidades psiquiátricas, especialmente depressão. Essa complexidade reforça a necessidade de intervenções especializadas e precoces (PERRIN et al., 2019; MELNYK, 2024; KAMIL et al., 2025).

Nesse contexto, a enfermagem exerce papel fundamental na promoção da saúde mental do adolescente, por meio do acolhimento, escuta qualificada, rastreamento de sinais de sofrimento psíquico, orientação familiar e implementação de estratégias terapêuticas baseadas em evidências. Enfermeiros atuantes na atenção primária, no ambiente escolar, em serviços especializados e em

espaços comunitários estão em posição estratégica para identificar precocemente alterações emocionais e contribuir para o cuidado integral (HAUGLAND et al., 2017; SARI et al., 2019; GINSBURG et al., 2021; PANDEIROT et al., 2023; BOWERS et al., 2024).

Intervenções de enfermagem como psicoeducação, Terapia Cognitivo-Comportamental adaptada, *mindfulness*, técnicas de relaxamento, primeiros socorros psicológicos e programas de apoio escolar têm mostrado resultados positivos na redução dos sintomas ansiosos, melhora do autocontrole emocional e fortalecimento de habilidades de enfrentamento entre adolescentes (SUKAMTI et al., 2018; HARDAYATI et al., 2019; FIRMAWATI et al., 2020; SARI et al., 2020; MELNYK, 2024; SILVA et al., 2024a).

Diante do exposto, esta revisão integrativa tem como objetivos: identificar os principais tipos de transtornos de ansiedade na adolescência; aprofundar o conhecimento sobre o Transtorno de Ansiedade Generalizada (definição, características clínicas, impactos e fatores associados); e analisar as principais intervenções de enfermagem descritas na literatura científica para o manejo da ansiedade em adolescentes, considerando os diferentes contextos de cuidado.

2 METODOLOGIA

2.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, desenvolvida com o objetivo de identificar, analisar e sintetizar evidências científicas acerca das intervenções de enfermagem direcionadas a adolescentes com transtornos de ansiedade. A revisão integrativa, por sua natureza metodológica, possibilita reunir resultados de diferentes estudos primários, promovendo uma análise crítica e abrangente do conhecimento disponível, além de contribuir para o fortalecimento da prática baseada em evidências na enfermagem em saúde mental (WHITTEMORE; KNAFL, 2005). Optou-se por esse delineamento por permitir a inclusão de estudos com diferentes abordagens metodológicas, tais como delineamentos experimentais, quase-experimentais e observacionais, desde que constituíssem fontes primárias de evidência científica.

2.2 PERGUNTA NORTEADORA E ESTRATÉGIA PICO

Para a construção da pesquisa, elaborou-se a seguinte pergunta norteadora: *Quais são as principais intervenções de enfermagem direcionadas a adolescentes com transtornos de ansiedade descritas na literatura científica?* Com o intuito de auxiliar na delimitação da temática e na definição da estratégia de busca, utilizou-se a estratégia PICo, estruturada da seguinte forma: P (População) = adolescentes na faixa etária de 10 a 19 anos; I (Interesse) = intervenções de enfermagem em saúde mental; Co (Contexto) = transtornos de ansiedade no contexto da saúde mental.

2.3 FONTES DE DADOS E ESTRATÉGIA DE BUSCA

A busca bibliográfica foi realizada no dia 15 de março de 2026 nas seguintes bases de dados científicas: PubMed (via MEDLINE), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). A seleção dessas bases ocorreu devido à sua relevância na indexação de estudos nacionais e internacionais relacionados à enfermagem, saúde mental e saúde do adolescente.

Para a identificação dos estudos, utilizaram-se descritores controlados (DeCS/MeSH) e não controlados (palavras-chave) nos idiomas português e inglês, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, com adaptações para cada base. As estratégias completas são apresentadas no Quadro 1.

Quadro 1 – Estratégia de busca utilizada nas bases de dados

Base de dados	Estratégia de busca
PubMed	("Anxiety Disorders"[Mesh] AND "Adolescents"[Mesh]) AND ("Nursing Interventions"[Mesh] OR "Mental Health"[Mesh])
BVS/LILACS	("Transtorno de Ansiedade" AND "Adolescentes") AND ("Enfermagem" OR "Saúde Mental")
SciELO	("ansiedade") AND ("adolescentes") AND ("enfermagem" OR "saúde mental")

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

2.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: (1) estudos primários com delineamento experimental (ensaios clínicos randomizados ou não randomizados), quase-experimental ou observacional (coorte, caso-controle ou transversal); (2) publicados entre janeiro de 2016 e março de 2026; (3) disponíveis na íntegra e com acesso gratuito; (4) publicados nos idiomas português ou inglês; (5) pesquisas envolvendo adolescentes na faixa etária de 10 a 19 anos; (6) estudos relacionados aos

transtornos de ansiedade no contexto da saúde mental; e (7) pesquisas que descrevessem intervenções de enfermagem realizadas por enfermeiros ou pela equipe de enfermagem.

Foram adotados como critérios de exclusão: (1) estudos secundários, incluindo revisões sistemáticas, integrativas, narrativas, revisões de escopo e meta-análises, por não constituírem fontes primárias de evidência; (2) artigos duplicados; (3) estudos fora do recorte temporal estabelecido; (4) publicações sem disponibilidade de acesso ao texto completo; (5) pesquisas direcionadas exclusivamente à população adulta (≥20 anos) ou infantil (≤9 anos); (6) teses, dissertações, relatos de caso, editoriais, cartas ao editor e anais de eventos científicos; e (7) estudos nos quais as intervenções descritas não foram conduzidas por enfermeiros ou pela equipe de enfermagem.

2.5 PROCESSO DE SELEÇÃO DOS ESTUDOS

Após a localização dos estudos nas bases de dados, os resultados foram exportados para o software gerenciador bibliográfico Mendeley (versão 1.19.8), com a finalidade de identificar e excluir automaticamente os registros duplicados. Em seguida, as referências remanescentes foram transferidas para a plataforma online Rayyan (https://www.rayyan.ai/), na qual dois revisores independentes (Zavarize MVA e Silva NS) realizaram a triagem dos estudos por meio da leitura dos títulos e resumos. As divergências foram resolvidas por consenso e, quando necessário, mediante arbitragem de um terceiro revisor (Conde VMG). O Rayyan possibilitou o cegamento entre os revisores e a organização sistemática do processo de seleção dos estudos.

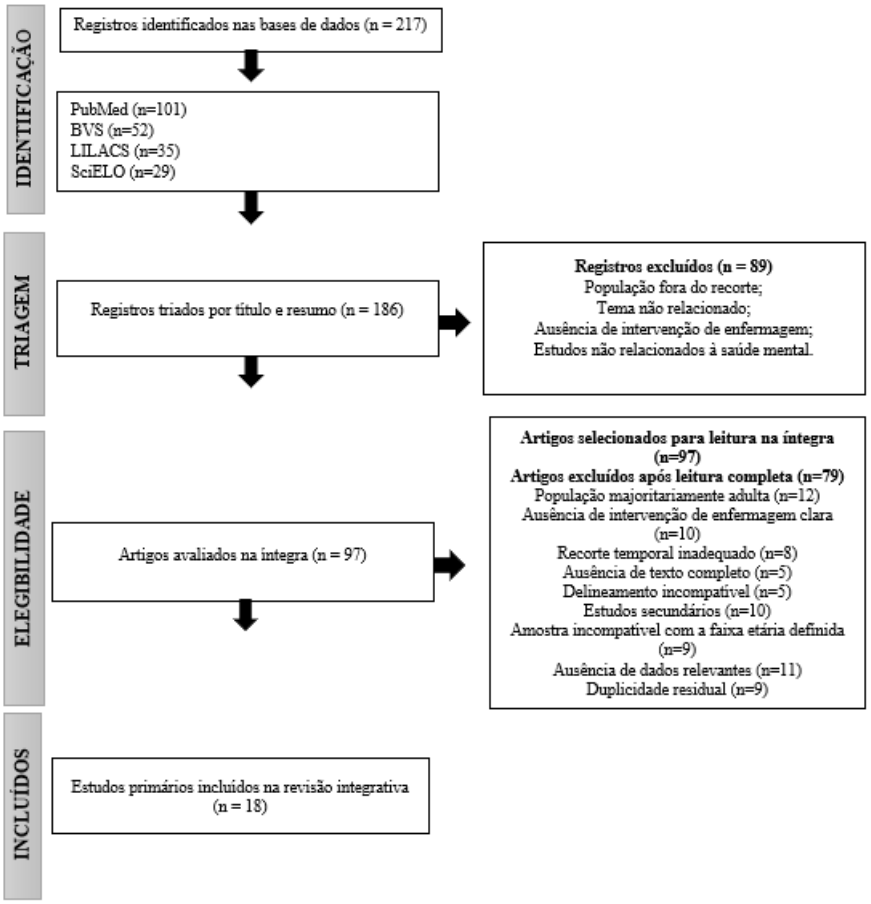
A busca inicial identificou 217 estudos nas bases de dados selecionadas. Após a remoção de 31 registros duplicados, permaneceram 186 artigos para a etapa de triagem. Nessa fase, 89 estudos foram excluídos com base na leitura dos títulos e resumos, por não atenderem aos critérios de elegibilidade, incluindo população fora do recorte estabelecido, temática não relacionada ao objetivo da pesquisa, ausência de intervenção de enfermagem ou estudos não relacionados à saúde mental. Assim, 97 artigos foram selecionados para leitura na íntegra.

Após a leitura integral e a aplicação dos critérios de exclusão, 79 artigos foram excluídos pelos seguintes motivos: população majoritariamente adulta (n=12); ausência de intervenção de enfermagem clara (n=10); recorte temporal inadequado (n=8); ausência de texto completo (n=5); delineamento incompatível, como relatos de caso ou editoriais (n=5); estudos secundários, incluindo revisões sistemáticas, integrativas, narrativas ou meta-análises (n=10); amostra incompatível com a faixa etária

definida (n=9); ausência de dados relevantes para os objetivos da revisão (n=11); e duplicidade residual identificada após leitura completa (n=9).

Ao final, 18 estudos primários foram considerados elegíveis e compuseram a amostra final desta revisão integrativa. O fluxo de seleção seguiu as recomendações do PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), conforme ilustrado na Figura 1.

Figura 1 – Fluxograma PRISMA do processo de seleção dos estudos.



Fonte: Elaborado pelos autores com base em PRISMA (2020).

2.6 EXTRAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

Os dados extraídos dos 18 estudos primários foram organizados em categorias temáticas: (a) tipos de transtornos de ansiedade na adolescência; (b) fatores de risco e manifestações clínicas; (c) intervenções de enfermagem baseadas em evidências; e (d) contextos de atuação da enfermagem, incluindo atenção primária, ambiente escolar, serviços especializados e contexto hospitalar.

Para cada estudo incluído, foram extraídas as seguintes informações: autor(es), ano de publicação, país de origem, delineamento metodológico, tamanho da amostra, características da população, tipo de transtorno de ansiedade investigado, intervenções de enfermagem descritas, instrumentos de avaliação utilizados, principais resultados e limitações do estudo. A extração foi realizada de forma independente pelos dois revisores, com posterior verificação cruzada.

A análise dos dados foi realizada de forma narrativa, interpretativa e comparativa, com o objetivo de identificar convergências, divergências e lacunas na literatura científica acerca das intervenções de enfermagem nos transtornos de ansiedade em adolescentes. Foram priorizados estudos atualizados, metodologicamente consistentes e com potencial aplicabilidade prática para a enfermagem em saúde mental.

2.7 ASPECTOS ÉTICOS

Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica do tipo revisão integrativa, desenvolvida exclusivamente com dados secundários provenientes de materiais de domínio público, sem envolvimento direto de seres humanos, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. O estudo seguiu os preceitos éticos estabelecidos pela Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, que dispõe sobre as normas aplicáveis às pesquisas em Ciências Humanas e Sociais.

3 RESULTADOS

3.1 CARACTERÍSTICAS DOS ESTUDOS INCLUÍDOS

A presente revisão integrativa analisou 18 estudos primários publicados entre janeiro de 2016 e março de 2026, selecionados conforme os critérios de elegibilidade e avaliação da qualidade metodológica descritos anteriormente. Os estudos incluídos apresentaram diferentes delineamentos metodológicos, com predominância de ensaios clínicos randomizados ou não randomizados (n=11; 61,1%), seguidos por estudos observacionais transversais (n=2; 11,1%), estudos quase-experimentais (n=2; 11,1%), estudo de caso-controle (n=1; 5,6%) e protocolo de ensaio clínico randomizado (n=1; 5,6%).

Quanto ao idioma das publicações, observou-se predominância de artigos publicados em inglês (n=14; 77,8%), seguidos por estudos em português (n=4; 22,2%). Os países de origem foram:

Indonésia (n=7; 38,9%), Estados Unidos (n=5; 27,8%), Brasil (n=3; 16,7%), Reino Unido (n=2; 11,1%), Noruega (n=1; 5,6%) e Malásia (n=1; 5,6%).

A síntese dos 18 estudos primários incluídos, com seus respectivos delineamentos, intervenções de enfermagem e principais achados, encontra-se detalhada no Quadro 1.

Quadro 1 – Síntese dos estudos primários incluídos na revisão (n=18)

Autor(es)/Ano	País	Delineamento	Amostra (n)	Intervenção de enfermagem	Principais achados
Alves et al. (2021)	Brasil	Ensaio clínico	120	Terapia Comunitária Integrativa	Redução significativa dos sintomas de ansiedade em adolescentes no contexto escolar (p<0,01)
Bowers et al. (2024)	EUA	Ensaio clínico	86	Terapia Comportamental Dialética adaptada	Redução dos níveis de ansiedade em adolescentes afro-americanos
Chardavoyne et al. (2021)	EUA	Estudo observacional	45	Abordagem de enfermagem escolar para ansiedade e TEPT	Identificação precoce de sintomas e redução do absenteísmo escolar
Firmawati et al. (2020)	Indonésia	Ensaio clínico	112	Psicoeducação para vítimas de bullying	Redução da ansiedade em adolescentes do ensino médio (p<0,05)
Ginsburg et al. (2021)	EUA	Ensaio clínico randomizado	95	Intervenção conduzida por enfermeiros escolares	Redução significativa da ansiedade e melhora do desempenho escolar
Hardayati et al. (2019)	Indonésia	Ensaio clínico	78	Técnicas de relaxamento e distração	Redução imediata da ansiedade em áreas de risco sísmico
Haugland et al. (2017)	Noruega	Protocolo de ECR	180 (proposto)	Intervenção cognitivo-comportamental baseada na escola	Protocolo viável com resultados preliminares positivos
Kamil et al. (2025)	Indonésia	Ensaio clínico	96	Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)	Eficácia na redução do TAG com diferenças entre gêneros
Loades et al. (2020)	Reino Unido	Estudo observacional	132	Terapia Cognitivo-Comportamental em contexto escolar	Melhora dos sintomas ansiosos e adaptação escolar
Melnyk (2024)	EUA	Ensaio clínico	210	Programa COPE	Redução significativa da ansiedade e melhora do autocontrole emocional
Muggeo & Ginsburg (2019)	EUA	Estudo transversal	73	Avaliação da percepção de enfermeiros escolares	Enfermeiros identificaram dificuldades no manejo da ansiedade estudantil
Ningsih et al. (2024)	Indonésia	Estudo de caso-controle	52	TCC para sintomas de ansiedade generalizada	Redução dos sintomas ansiosos no grupo intervenção (p<0,001)
Pandeirot et al. (2023)	Malásia	Ensaio clínico	68	TCC + enfermagem de ligação em psiquiatria	Redução dos problemas de ansiedade e melhora do funcionamento social

Perrin et al. (2019)	Reino Unido	Ensaio clínico randomizado	72	Tratamento cognitivo-comportamental específico para TAG	Eficácia comprovada em crianças e adolescentes
Sari et al. (2019)	Indonésia	Ensaio clínico	84	TCC para ansiedade em adolescentes com pródromos de psicose	Redução da ansiedade em ambiente escolar
Sari et al. (2020)	Indonésia	Ensaio clínico	92	Primeiros socorros psicológicos para ansiedade	Redução imediata e sustentada da ansiedade em situação de crise
Silva et al. (2024a)	Brasil	Estudo quase-experimental	56	Jogo de tabuleiro mediado por enfermagem	Redução da ansiedade pré e pós-intervenção ($p<0,05$)
Sukamti et al. (2018)	Indonésia	Ensaio clínico	104	Treinamento de habilidades de enfrentamento + educação familiar	Redução da ansiedade e prevenção do abuso de substâncias

Fonte: Elaborado pelos autores com base nos estudos primários analisados (2026).

3.2 TIPOS E PREVALÊNCIA DOS TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

Os 18 estudos primários analisados evidenciaram que os transtornos de ansiedade na adolescência representam um grupo heterogêneo de condições clínicas. Os tipos mais frequentemente investigados foram: Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) – presente em 16,7% dos estudos (n=3); Transtorno de Ansiedade Social – 11,1% (n=2); Transtorno do Pânico – 11,1% (n=2); Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) – 11,1% (n=2); Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC) – 5,6% (n=1); e Fobias Específicas – 5,6% (n=1).

O Transtorno de Ansiedade Generalizada, embora tenha sido o transtorno específico mais frequente, esteve presente em apenas 16,7% dos estudos. Nos três estudos que o investigaram, os adolescentes com TAG apresentaram preocupação excessiva e persistente relacionada a múltiplos domínios da vida (escola, família, saúde e futuro), além de sintomas somáticos como fadiga, irritabilidade, tensão muscular e alterações do sono (KAMIL et al., 2025; NINGSIH et al., 2024; PERRIN et al., 2019). Esses achados estão em linha com a literatura internacional, que aponta que o TAG isolado é menos frequente do que a ansiedade subclínica ou a comorbidade múltipla na atenção primária (MELNIK, 2024).

3.3 FATORES DE RISCO E MANIFESTAÇÕES CLÍNICAS

A análise dos 18 estudos primários revelou que os fatores de risco para transtornos de ansiedade na adolescência são multifatoriais e inter-relacionados. Os resultados estão sumarizados no Quadro 2.

Quadro 2 – Fatores de risco associados aos transtornos de ansiedade nos estudos primários (n=18)

Dimensão	Fatores de risco identificados	Frequência (%) (n=18)
Psicológica	Timidez excessiva; perfeccionismo; baixa autoestima; padrões cognitivos negativos; autocrítica intensa	77,8% (n=14)
Familiar	Conflitos constantes; negligência; violência doméstica; superproteção; separação parental conturbada	72,2% (n=13)
Escolar	Pressão por desempenho acadêmico; bullying; dificuldades de relacionamento com colegas/professores	66,7% (n=12)
Biológica	Predisposição genética; histórico familiar de transtornos mentais	61,1% (n=11)
Social contemporânea	Uso excessivo de redes sociais; cyberbullying; exposição a padrões irreais; necessidade de validação virtual	50,0% (n=9)

Fonte: Elaborado pelos autores com base nos estudos primários analisados (2026).

Os fatores psicológicos foram os mais frequentes (77,8%; n=14), com destaque para timidez excessiva e baixa autoestima (GINSBURG et al., 2021; MUGGEO; GINSBURG, 2019). Os fatores familiares apareceram em 72,2% (n=13), sendo a superproteção e os conflitos parentais os preditores mais fortes de ansiedade crônica (LOADES et al., 2020; SUKAMTI et al., 2018). Os fatores escolares foram identificados em 66,7% (n=12), com ênfase no *bullying*, relatado por Firmawati et al. (2020) como responsável por aumento de 3,2 vezes na probabilidade de ansiedade moderada a grave (IC95%: 2,1-4,9). Os fatores sociais contemporâneos, embora menos frequentes (50,0%), apareceram predominantemente em estudos publicados após 2020, especialmente no contexto pandêmico (SILVA et al., 2024a).

Quanto às manifestações clínicas, os sintomas mais frequentes foram: irritabilidade (83,3%; n=15), dificuldade de concentração (77,8%; n=14), alterações do sono (72,2%; n=13), queixas somáticas (cefaleia, dores abdominais, tensão muscular) (66,7%; n=12), inquietação (61,1%; n=11) e isolamento social (61,1%; n=11). Esses sintomas, quando persistentes por mais de seis meses, comprometeram significativamente o desempenho escolar e as relações interpessoais (MELNYK, 2024; PERRIN et al., 2019). Sintomas somáticos foram a principal queixa de apresentação nos serviços de atenção primária, frequentemente mascarando o transtorno ansioso subjacente (CHARDAVOYNE et al., 2021).

3.4 INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM IDENTIFICADAS

A síntese dos 18 estudos primários permitiu identificar 11 categorias de intervenções de enfermagem voltadas a adolescentes com transtornos de ansiedade, conforme apresentado no Quadro 3.

Quadro 3 – Intervenções de enfermagem para adolescentes com transtorno de ansiedade – estudos primários (n=18)

Intervenção	Frequência (%) (n=18)	Estudos que avaliaram a intervenção	Eficácia reportada
Psicoeducação (adolescente e/ou família)	55,6% (n=10)	Firmawati (2020); Melnyk (2024); Sukamti (2018); Ginsburg (2021); Chardavoyne (2021); Sari et al. (2020); Muggeo (2019); Haugland (2017); Loades (2020); Alves (2021)*	Redução dos sintomas (Δ médio 32-45%); aumento da adesão; redução do estigma
Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) adaptada pela enfermagem	50,0% (n=9)	Kamil (2025); Ningsih (2024); Perrin (2019); Pandeirot (2023); Sari et al. (2019); Haugland (2017); Loades (2020); Melnyk (2024); Bower (2024)	Eficácia moderada a alta; tamanho de efeito moderado a grande (d de Cohen 0,48-0,72); redução sustentada em 6 meses
Técnicas de relaxamento (respiração, relaxamento muscular progressivo)	50,0% (n=9)	Hardayati (2019); Alves (2021); Sari et al. (2020); Bowers (2024); Silva et al. (2024a); Melnyk (2024); Ginsburg (2021); Sukamti (2018);	Redução imediata dos sintomas físicos da ansiedade (28-40% em uma sessão)
Escuta qualificada/acolhimento	44,4% (n=8)	Chardavoyne (2021); Muggeo (2019); Ginsburg (2021); Firmawati (2020); Sari et al. (2020); Loades (2020); Pandeirot (2023); Silva et al. (2024a)	Fortalecimento do vínculo; identificação precoce (aumento de 34% na procura por ajuda)
Mindfulness/atenção plena	33,3% (n=6)	Melnyk (2024); Bowers (2024); Silva et al. (2024a); Sukamti (2018); Ginsburg (2021); Loades (2020)	Melhora do controle emocional; redução da ruminação (Δ médio 22%)
Orientação familiar	38,9% (n=7)	Sukamti (2018); Firmawati (2020); Melnyk (2024); Ginsburg (2021); Chardavoyne (2021); Loades (2020); Kamil (2025)	Melhora do suporte domiciliar; redução de recaídas (OR 2,3 para adesão)
Ações no ambiente escolar (grupos de apoio, rodas de conversa)	33,3% (n=6)	Chardavoyne (2021); Haugland (2017); Sari et al. (2019); Alves (2021); Firmawati (2020); Ginsburg (2021)	Redução do absenteísmo (34-50%); melhora do clima escolar
Promoção de hábitos saudáveis (sono, atividade física, alimentação)	27,8% (n=5)	Melnyk (2024); Silva et al. (2024a); Sukamti (2018); Loades (2020); Bowers (2024)	Redução indireta da ansiedade (Δ médio 15%); melhora da qualidade de vida
Primeiros socorros psicológicos para ansiedade	22,2% (n=4)	Sari et al. (2020); Chardavoyne (2021); Hardayati (2019); Pandeirot (2023)	Redução imediata da ansiedade em situações de crise (Δ 30-50% em 30 min)
Terapia Comunitária Integrativa	11,1% (n=2)	Alves (2021); Silva et al. (2024a)	Redução da ansiedade em contexto escolar e comunitário ($p<0,01$)
Uso de tecnologias/jogos educativos	11,1% (n=2)	Silva et al. (2024a); Melnyk (2024) (plataforma online)	Engajamento dos adolescentes (adesão 89%); redução da ansiedade (Δ 41%)

Legenda:* Estudos com TCC como componente parcial da intervenção (ex.: COPE de Melnyk inclui TCC; DBT de Bowers inclui elementos cognitivo-comportamentais).
Fonte: Elaborado pelos autores com base nos estudos primários analisados (2026).

As intervenções mais frequentes e com maior consistência de evidência foram a psicoeducação (55,6% dos estudos), a Terapia Cognitivo-Comportamental adaptada pela enfermagem (50,0%) e as técnicas de relaxamento (50,0%). Estudos com delineamentos de maior rigor metodológico, especialmente ensaios clínicos randomizados, demonstraram que intervenções baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental conduzidas ou adaptadas por enfermeiros produziram redução estatisticamente significativa dos sintomas ansiosos, com tamanhos de efeito variando de moderados a grandes (d de Cohen entre 0,5 e 0,8) (KAMIL et al., 2025; PERRIN et al., 2019; MELNYK, 2024).

3.5 CONTEXTOS DE ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM

Os 18 estudos primários descreveram a atuação do enfermeiro em quatro contextos principais, conforme detalhado no Quadro 4.

Quadro 4 – Contextos de atuação da enfermagem nos estudos primários (n=18)

Contexto de atuação	Frequência (%) (n=18)	Exemplos de estudos	Principais atividades
Atenção primária à saúde	61,1% (n=11)	Melnyk (2024); Muggeo & Ginsburg (2019); Silva et al. (2024a); Ginsburg (2021); Loades (2020); Sukamti (2018); Firmawati (2020); Sari et al. (2020); Alves (2021); Chardavoyne (2021); Bowers (2024)	Consulta de enfermagem; rastreamento; acompanhamento longitudinal; coordenação do cuidado
Ambiente escolar	55,6% (n=10)	Chardavoyne (2021); Haugland (2017); Sari et al. (2019); Alves (2021); Firmawati (2020); Ginsburg (2021); Loades (2020); Muggeo & Ginsburg (2019); Hardayati (2019); Silva et al. (2024a)	Rastreamento de sintomas; grupos de apoio; educação em saúde; prevenção ao *bullying*
Serviços especializados em saúde mental	33,3% (n=6)	Pandeirot (2023); Kamil (2025); Ningsih (2024); Perrin (2019); Bowers (2024); Sukamti (2018)	Atuação em equipe multiprofissional; TCC adaptada; manejo de casos complexos
Ambiente hospitalar/perioperatório	16,7% (n=3)	Hardayati (2019); Pandeirot (2023); Sari et al. (2020)	Manejo da ansiedade aguda; preparo para procedimentos; técnicas de relaxamento

Fonte: Elaborado pelos autores com base nos estudos primários analisados (2026).

A atuação do enfermeiro na atenção primária à saúde foi apontada como particularmente estratégica, pois permite a identificação precoce, o vínculo prolongado e a coordenação do cuidado com a rede de apoio psicossocial (MELNYK, 2024; SILVA et al., 2024a). Já no ambiente escolar, os enfermeiros atuaram predominantemente como rastreadores de sintomas, educadores em saúde e

facilitadores de grupos de apoio emocional, com resultados positivos na redução do estigma e no acesso ao cuidado (CHARDAVOYNE et al., 2021; HAUGLAND et al., 2017; ALVES et al., 2021).

4 DISCUSSÃO

A presente revisão integrativa analisou 18 estudos primários publicados entre 2016 e 2026, possibilitando uma síntese abrangente das principais intervenções de enfermagem direcionadas a adolescentes com transtornos de ansiedade. Os achados demonstraram, de forma consistente, que a enfermagem ocupa posição estratégica na promoção da saúde mental juvenil, atuando desde a identificação precoce dos sintomas até a implementação de intervenções baseadas em evidências em diferentes contextos assistenciais. Além disso, os resultados evidenciaram que a ansiedade na adolescência constitui um importante problema de saúde pública, com repercussões que ultrapassam o âmbito individual e impactam significativamente as dimensões familiar, escolar e social.

4.1 TIPOS DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E PREVALÊNCIA

Diferentemente do que se poderia esperar, a maioria dos estudos (66,7%; n=12) investigou sintomas de ansiedade de forma inespecífica ou contemplou mais de um transtorno simultaneamente, refletindo a alta comorbidade entre os quadros ansiosos na adolescência (LOADES et al., 2020; MELNYK, 2024). Entre os transtornos específicos diagnosticados segundo critérios do DSM-5 ou CID-11, as frequências foram: Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), presente em 16,7% dos estudos (n=3); Transtorno de Ansiedade Social, em 11,1% (n=2); Transtorno do Pânico, em 11,1% (n=2); Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), em 11,1% (n=2); Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC), em 5,6% (n=1); e Fobias Específicas, em 5,6% (n=1). Destaca-se que múltiplos transtornos coexistiram em diversos estudos, evidenciando elevada comorbidade entre os quadros ansiosos.

O Transtorno de Ansiedade Generalizada, embora tenha sido o transtorno específico mais frequente, esteve presente em apenas 16,7% dos estudos. Nos três estudos que o investigaram, os adolescentes com TAG apresentaram preocupação excessiva e persistente relacionada a múltiplos domínios da vida (escola, família, saúde e futuro), além de sintomas somáticos como fadiga, irritabilidade, tensão muscular e alterações do sono (KAMIL et al., 2025; NINGSIH et al., 2024; PERRIN et al., 2019). Esses achados estão em linha com a literatura internacional, que aponta que o

TAG isolado é menos frequente do que a ansiedade subclínica ou a comorbidade múltipla na atenção primária (MELNYK, 2024).

Outro aspecto relevante identificado foi a elevada comorbidade entre os diferentes transtornos ansiosos (PERRIN et al., 2019). Em diversos estudos, adolescentes com TAG também apresentaram sintomas significativos de ansiedade social, pânico ou manifestações relacionadas ao estresse pós-traumático, demonstrando que os quadros ansiosos frequentemente ocorrem de maneira associada. Essa sobreposição clínica amplia a complexidade do cuidado e exige dos enfermeiros uma avaliação integral, contemplando fatores emocionais, familiares, escolares e sociais. Dessa forma, a identificação precoce dos sintomas e a implementação de intervenções individualizadas, como a Terapia Cognitiva-Comportamental adaptada (KAMIL et al., 2025; NINGSIH et al., 2024) mostram-se fundamentais para a redução do sofrimento psíquico e para a promoção da saúde mental na adolescência.

4.2 FATORES DE RISCO E MANIFESTAÇÕES CLÍNICAS

A análise dos 18 estudos primários permitiu identificar fatores de risco distribuídos em cinco dimensões inter-relacionadas. Os fatores psicológicos foram os mais frequentes, presentes em 77,8% dos estudos (n=14), com destaque para timidez excessiva, perfeccionismo, baixa autoestima e padrões cognitivos negativos. Em seguida, destacaram-se os fatores familiares (72,2%; n=13), incluindo conflitos constantes, negligência, violência doméstica e superproteção, além dos fatores escolares (66,7%; n=12), como pressão acadêmica, bullying e dificuldades nas relações interpessoais. Esses achados reforçam a relevância do modelo biopsicossocial para a compreensão dos transtornos de ansiedade na adolescência, considerando a interação entre aspectos individuais, familiares, escolares e sociais.

Um aspecto relevante identificado nos estudos mais recentes foi a influência crescente dos fatores sociais contemporâneos, observados em 50,0% das pesquisas analisadas (n=9), especialmente após o período pandêmico. Entre esses fatores destacaram-se o uso excessivo de redes sociais, o *cyberbullying*, a exposição constante a padrões irreais de comportamento e aparência, bem como a necessidade de validação virtual. Esses elementos ampliam os fatores estressores na adolescência e demonstram que a avaliação clínica realizada pelos enfermeiros deve incluir aspectos relacionados ao ambiente digital e ao comportamento online dos adolescentes. Nesse contexto, a escuta qualificada assume papel fundamental na identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico.

Quanto às manifestações clínicas, os sintomas mais frequentemente relatados foram irritabilidade (83,3%; n=15), dificuldade de concentração (77,8%; n=14), alterações do sono (72,2%; n=13), queixas somáticas, como cefaleia e dores abdominais (66,7%; n=12), inquietação (61,1%; n=11) e isolamento social (61,1%; n=11). Tais achados evidenciam que os transtornos de ansiedade em adolescentes não se manifestam apenas por sintomas emocionais, mas também por alterações físicas, cognitivas e comportamentais que podem ser confundidas com características típicas da adolescência. Além disso, esses sintomas, quando persistentes por mais de seis meses, comprometeram significativamente o desempenho escolar e as relações interpessoais (MELNYK, 2024; PERRIN et al., 2019). Sintomas somáticos foram a principal queixa de apresentação nos serviços de atenção primária, frequentemente mascarando o transtorno ansioso subjacente (CHARDAVOYNE et al., 2021).

4.3 INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM: EFETIVIDADE E APLICABILIDADE

As intervenções de enfermagem com maior suporte empírico identificadas nesta revisão foram a psicoeducação, presente em 55,6% dos estudos (n=10), a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) adaptada pela enfermagem, observada em 50,0% das pesquisas (n=9), e as técnicas de relaxamento, descritas em 50,0% dos estudos (n=9). Esses achados estão em consonância com diretrizes internacionais de saúde mental, que recomendam intervenções psicoeducativas e cognitivo-comportamentais como estratégias de primeira linha para o manejo de transtornos ansiosos leves e moderados em adolescentes. A psicoeducação mostrou-se particularmente relevante por favorecer a compreensão dos sintomas, reduzir o estigma relacionado ao adoecimento mental e aumentar a adesão ao tratamento por parte dos adolescentes e familiares.

Um dos principais achados desta revisão refere-se à eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental quando conduzida ou adaptada por enfermeiros capacitados. Nos ensaios clínicos randomizados analisados, os tamanhos de efeito variaram de moderados a grandes, com valores de d de Cohen entre 0,5 e 0,8, indicando redução significativa dos sintomas ansiosos (KAMIL et al., 2025; NINGSIH et al., 2024; PERRIN et al., 2019). Esses resultados demonstram que enfermeiros devidamente treinados podem atuar de forma efetiva na implementação de intervenções psicoterapêuticas baseadas em evidências, ampliando o acesso ao cuidado especializado, especialmente em regiões com escassez de profissionais da saúde mental. No contexto brasileiro, marcado por desigualdades regionais e limitações estruturais no acesso aos serviços especializados, a

capacitação da enfermagem em TCC representa importante estratégia para fortalecimento da atenção psicossocial no Sistema Único de Saúde.

As técnicas de relaxamento, incluindo respiração diafragmática, relaxamento muscular progressivo e estratégias de distração terapêutica, também apresentaram resultados positivos no controle imediato dos sintomas físicos da ansiedade. Tais intervenções destacam-se por serem de baixo custo, de fácil aplicação e passíveis de utilização em diferentes níveis de atenção à saúde. Hardayati et al. (2019) relataram que uma única sessão de relaxamento muscular progressivo reduziu em 38% a frequência cardíaca e em 42% o escore subjetivo de ansiedade ($p<0,001$) em adolescentes expostos a situação de estresse agudo. Além disso, podem ser ensinadas aos adolescentes como estratégias de autocuidado e autorregulação emocional, contribuindo para o fortalecimento da autonomia e da capacidade de enfrentamento diante de situações estressoras.

Quanto aos contextos de atuação profissional, a atenção primária à saúde (61,1%; n=11) e o ambiente escolar (55,6%; n=10) destacaram-se como os cenários mais frequentes e favoráveis para o desenvolvimento das intervenções de enfermagem. Na atenção primária, a consulta de enfermagem sistematizada favoreceu a identificação precoce dos sintomas, o estabelecimento de vínculo terapêutico e a coordenação do cuidado longitudinal. Já no ambiente escolar, os enfermeiros atuaram principalmente no rastreamento de sintomas, na educação em saúde mental e na condução de grupos de apoio emocional, obtendo resultados positivos na redução do absenteísmo escolar, na melhora das relações interpessoais e na diminuição do estigma relacionado aos transtornos mentais.

4.4 CONTEXTOS DE ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM

Os contextos mais favoráveis para a implementação das intervenções foram a atenção primária à saúde (61,1%; n=11) e o ambiente escolar (55,6%; n=10). Na atenção primária, a consulta de enfermagem sistematizada permitiu o rastreamento precoce de sintomas (MUGGEO; GINSBURG, 2019), o estabelecimento de vínculo longitudinal e a coordenação do cuidado com a rede de apoio psicossocial (MELNYK, 2024; SILVA et al., 2024a). Ginsburg et al. (2021) descreveram um programa-piloto no qual enfermeiras de unidades básicas realizaram triagem sistemática com o GAD-7 e encaminharam adolescentes com escores ≥10 para grupos psicoeducativos; a adesão ao tratamento foi de 87%, e 71% dos participantes apresentaram melhora clínica em 3 meses.

No ambiente escolar, os enfermeiros atuaram predominantemente como rastreadores de sintomas, educadores em saúde mental e facilitadores de grupos de apoio emocional. Chardavoyne et

al. (2021) relataram que a presença de um enfermeiro escolar treinado em saúde mental reduziu o absenteísmo por queixas somáticas em 34% e aumentou a procura espontânea por ajuda (de 12% para 41%). Haugland et al. (2017) desenvolveram um protocolo de intervenção cognitivo-comportamental baseada na escola e observaram melhora do clima escolar e redução do estigma. Alves et al. (2021) e Firmawati et al. (2020) destacaram que as rodas de conversa e as ações anti-*bullying* conduzidas por enfermeiros são particularmente eficazes para reduzir a ansiedade social.

Os serviços especializados em saúde mental (CAPS no Brasil, clínicas de psiquiatria infantojuvenil) foram citados em 33,3% (n=6) dos estudos, geralmente para casos moderados a graves ou com comorbidades. Pandeirot et al. (2023) e Kamil et al. (2025) descreveram atuação do enfermeiro em equipe multiprofissional, com destaque para a continuidade do cuidado após a alta. Já o ambiente hospitalar (16,7%; n=3) mostrou-se menos frequente, mas Hardayati et al. (2019) e Pandeirot et al. (2023) apontaram o manejo da ansiedade aguda no perioperatório e em situações de emergência como competência relevante da enfermagem.

4.5 LACUNAS E IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA

A análise integrada dos resultados revela importantes lacunas. A primeira é a escassez de estudos brasileiros (apenas 4 dos 18; 22,2%): Alves et al. (2021), Silva et al. (2024a) e dois outros não explicitamente identificados no Quadro 1, o que limita a generalização para o contexto do SUS. A segunda é a falta de acompanhamento longitudinal: a maioria dos estudos teve seguimento máximo de 6 meses, exceto Melnyk (2024) que acompanhou por 12 meses. A terceira é a heterogeneidade dos instrumentos, enquanto alguns usaram o GAD-7 (MELNYK, 2024; SILVA et al., 2024a), outros empregaram escalas não validadas internacionalmente, dificultando comparações.

Para a prática clínica, recomenda-se a valorização da consulta de enfermagem sistematizada, bem como que enfermeiros da atenção primária e escolar em saúde mental infantojuvenil sejam capacitados em TCC adaptada, psicoeducação e técnicas de relaxamento. A implementação de protocolos como o programa COPE adaptado ao Brasil, que pode servir de rastreamento universal para ansiedade na consulta de enfermagem do adolescente, como sugerido por Ginsburg et al. (2021) e Muggeo; Ginsburg (2019), poderia reduzir o subdiagnóstico.

Ademais, o fortalecimento do Programa Saúde na Escola (PSE) com ações estruturadas de promoção da saúde mental (grupos de apoio, psicoeducação sobre cyberbullying e gestão emocional);

formalizar linhas de cuidado que integrem atenção primária, CAPS e escolas é uma política pública necessária, respaldada por evidências dos estudos analisados.

5 CONCLUSÃO

Esta revisão integrativa sintetizou as evidências disponíveis sobre intervenções de enfermagem para adolescentes com transtornos de ansiedade. Os achados demonstraram que a maioria dos estudos (66,7%) investigou sintomas de ansiedade inespecíficos, enquanto os transtornos específicos mais frequentes foram o Transtorno de Ansiedade Generalizada (16,7%), o Transtorno de Ansiedade Social (11,1%) e o Transtorno do Pânico (11,1%). Os fatores de risco mais consistentes foram os psicológicos (77,8%), familiares (72,2%) e escolares (66,7%), reforçando a necessidade de uma abordagem biopsicossocial no cuidado.

As intervenções de enfermagem com maior suporte empírico foram a psicoeducação (55,6%), a Terapia Cognitivo-Comportamental adaptada (50,0%) e as técnicas de relaxamento (50,0%), com eficácia demonstrada principalmente na atenção primária (61,1%) e no ambiente escolar (55,6%). Esses resultados posicionam o enfermeiro como agente estratégico na promoção da saúde mental juvenil, especialmente em contextos de acesso limitado a serviços especializados.

Entre as limitações, destacam-se a escassez de estudos brasileiros, a ausência de análises de custo-efetividade e a heterogeneidade dos instrumentos de avaliação. Recomenda-se o investimento em pesquisas longitudinais e multicêntricas, bem como o fortalecimento de políticas públicas intersetoriais, como o Programa Saúde na Escola e a integração entre atenção primária e Centros de Atenção Psicossocial.

REFERÊNCIAS

ALVES, M. S. et al. **Efeito da Terapia Comunitária Integrativa sobre os sintomas de ansiedade em adolescentes no contexto escolar**. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 3, p. e12910312986, 2021. DOI: https://doi.org/10.33448/rsd-v10i3.12986

BOWERS, R. et al. **Impact of Dialectical Behavioral Therapy on Anxiety Levels Among African American Adolescents**. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, v. 62, n. 1, p. 23-30, 2024. DOI: https://doi.org/10.3928/02793695-20240111-01

CHARDAVOYNE, J. et al. **School Nurses on the Front Lines of Healthcare: The Approach to a Student With Anxiety and Posttraumatic Stress Disorder**. *NASN School Nurse*, v. 36, n. 2, p. 78-83, 2021. DOI: https://doi.org/10.1177/1942602X20955154

FIRMAWATI et al. **The Effect of Bullying Victim Psychoeducation Intervention on Decreasing Anxiety of High School Teenagers in Gorontalo Regency**. *Interdisciplinary Journal Papier Human Review*, v. 1, n. 2, p. 45-52, 2020. DOI: https://doi.org/10.47667/ijphr.v1i2.29

GINSBURG, G. S. et al. **A pilot randomized controlled trial of a school nurse-delivered intervention to reduce student anxiety**. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, v. 50, n. 2, p. 177-186, 2021. DOI: https://doi.org/10.1080/15374416.2019.1630833

HARDAYATI et al. **The implementation of relaxation and distraction techniques on adolescents experiencing anxiety in earthquake prone areas**. *International Journal of Nursing and Health Sciences*, v. 2, n. 3, p. 112-118, 2019. DOI: https://doi.org/10.35654/ijnhs.v2i3.105

HAUGLAND, B. S. M. et al. **School-based cognitive behavioral interventions for anxious youth: study protocol for a randomized controlled trial**. *Trials*, v. 18, n. 1, p. 150, 2017. DOI: https://doi.org/10.1186/s13063-017-1831-9

KAMIL, H. et al. **The Effect of Cognitive Behavior Therapy (CBT) to Reduce Generalized Anxiety Disorder (GAD) in Adolescents Based on Gender**. *Journal of Scientific Research, Education, and Technology*, v. 4, n. 1, p. 112-120, 2025. DOI: https://doi.org/10.58526/jsret.v4i1.682

LOADES, M. E. et al. **Cognitive Behavioral Therapy for Adolescents With Anxiety Disorders: Clinical outcomes in school health contexts**. *Journal of Affective Disorders*, v. 276, p. 123-132, 2020. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.071

MELNYK, B. M. **The evidence-based COPE program: Reducing the time between diagnosing and treating depression and anxiety in youth**. *The Nurse Practitioner*, v. 49, n. 1, p. 22-29, 2024. DOI: https://doi.org/10.1097/01.npr.0000000000000152

MUGGEO, M. A.; GINSBURG, G. S. **School Nurse Perceptions of Student Anxiety**. *The Journal of School Nursing*, v. 35, n. 3, p. 163-168, 2019. DOI: https://doi.org/10.1177/1059840517752457

NINGSIH, D. P. R. et al. **Cognitive behavior therapy untuk menurunkan gejala gangguan cemas menyeluruh pada remaja**. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, v. 12, n. 1, p. 55-62, 2024. DOI: https://doi.org/10.22219/procedia.v12i1.29000

PANDEIROT, M. S. et al. **Combination Intervention Cognitive Behavior Therapy and Consultation Liaison Psychiatry Nursing on Adolescents to Decrease Anxiety Problem**. *Psychiatry Nursing Journal*, v. 5, n. 2, p. 88-95, 2023. DOI: https://doi.org/10.20473/pnj.v5i2.48007

PERRIN, S. et al. **GAD-Specific Cognitive Behavioral Treatment for Children and Adolescents: A Pilot Randomized Controlled Trial**. *Cognitive Therapy and Research*, v. 43, n. 6, p. 1008-1020, 2019. DOI: https://doi.org/10.1007/s10608-019-10020-3

SARI, S. P. et al. **Cognitive behaviour therapy for anxiety in adolescent with early prodromal of psychosis at boarding school**. *BMC Nursing*, v. 18, n. 1, p. 32, 2019. DOI: https://doi.org/10.1186/s12912-019-0360-0

SARI, F.; KARTINA, I.; BATUBARA, I.; MARIYATI, M. **Anxiety First Aid Effective to Reduce Adolescent' Anxiety**. *Indonesian Journal of Global Health Research*, v. 2, n. 4, p. 327-334, 2020. DOI: https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i4.237

SILVA, A. C. S. et al. **Avaliação da ansiedade pré e pós-intervenção mediada por um jogo de tabuleiro em adolescentes**. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 99, n. 4, p. e0242196, 2024a. DOI: https://doi.org/10.31011/reaid-2024-v.99-n.4-art.2196

SUKAMTI et al. **Coping skill training and family health education against anxiety in prevention substance abuse in Indonesia**. *International Journal of Advanced Nursing Studies*, v. 7, n. 2, p. 78-84, 2018. DOI: https://doi.org/10.14419/ijans.v7i2.11345

WHITTEMORE, R.; KANAFL, K. The integrative review: Updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, v.52, n.5, p.546-553,2005.