Revista Eletrônica
Acervo Saúde
Electronic Journal Collection Health ISSN 2178-2091

Assistência de enfermagem no manejo da ansiedade no pré-operatório

Nursing care in the management of preoperative anxiety

Cuidados de enfermería en el manejo de la ansiedad preoperatoria

Ana Beatriz Lima dos Santos[1], Antonio Marcos Medeiros da Silva Júnior[1], Sarah de Castro Caetano[1], Josué Gomes Rodrigues[1], Raquel Barcellos Marques Schiffer[1].

RESUMO

Objetivo: Identificar na literatura os principais cuidados de enfermagem no manejo da ansiedade no pré-operatório. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa, com artigos publicados entre 2020 e 2025, nos idiomas inglês e português e disponíveis na íntegra. Foi utilizada a seguinte pergunta de pesquisa: “Quais os principais cuidados de enfermagem no manejo da ansiedade no pré-operatório?“. A pesquisa bibliográfica foi realizada em maio de 2025 nas bases de dados: PUBMED, LILACS e BVS, através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Ansiedade; Enfermagem perioperatória; Cuidados pré-operatórios. A pesquisa foi realizada com os descritores na língua inglesa combinados através do operador booleano “AND”. **Resultados:** Após seleção foram identificados 15 artigos, que evidenciaram intervenções não farmacológicas realizadas pelos enfermeiros no manejo da ansiedade pré-operatória em pacientes adultos e pediátricos, com intervenções focadas em ensino e relaxamento para adultos e atividades lúdicas para as crianças. **Considerações finais:** Os resultados do estudo apresentam as intervenções não farmacológicas como estratégias eficazes no manejo da ansiedade pré-operatória em pacientes adultos e pediátricos. Destaca-se, nesse contexto, o protagonismo do enfermeiro na implementação dessas práticas, sendo peça-chave na promoção de um cuidado humanizado, integral e centrado nas necessidades individuais.

Palavras-chave: Ansiedade, Enfermagem perioperatória, Cuidados de enfermagem.

ABSTRACT

Objective: To identify the main nursing care practices in the management of preoperative anxiety in the literature. **Methods:** This is an integrative review of articles published between 2020 and 2025, in English and Portuguese, and available in full. The following research question was used: "What are the main nursing care practices in the management of preoperative anxiety?". The literature search was conducted in May 2025 in the PUBMED, LILACS, and BVS databases, using the Health Sciences Descriptors (DeCS): Anxiety; Perioperative Nursing; Preoperative Care. The search was conducted using the English descriptors combined using the Boolean operator "AND." **Results:** After selection, 15 articles were identified, which highlighted non-pharmacological interventions performed by nurses in the management of preoperative anxiety in adult and pediatric patients, with interventions focused on teaching and relaxation for adults and playful activities for children. **Final considerations:** The study results demonstrate that non-pharmacological interventions are effective strategies for managing preoperative anxiety in adult and pediatric patients. In this context, nurses play a key role in implementing these practices, as they are key players in promoting humanized, comprehensive care focused on individual needs.

Keywords: Preoperative anxiety, Perioperative nursing, Nursing care.

[1] Fundação de Ensino e Pesquisa em Saúde (FEPECS), Brasília – DF.

SUBMETIDO EM: 8/2025 | **ACEITO EM: 9/2025** | **PUBLICADO EM: 10/2025**

RESUMEN

Objetivo: Identificar las principales prácticas de enfermería para el manejo de la ansiedad preoperatoria en la literatura. **Métodos:** Se realizó una revisión integrativa de artículos publicados entre 2020 y 2025, en inglés y portugués, disponibles en su totalidad. Se planteó la siguiente pregunta de investigación: "¿Cuáles son las principales prácticas de enfermería para el manejo de la ansiedad preoperatoria?". La búsqueda bibliográfica se realizó en mayo de 2025 en las bases de datos PUBMED, LILACS y BVS, utilizando los Descriptores de Ciencias de la Salud (DeCS): Ansiedad; Enfermería Perioperatoria; Cuidados Preoperatorios. La búsqueda se realizó utilizando los descriptores en inglés combinados mediante el operador booleano "AND". **Resultados:** Tras la selección, se identificaron 15 artículos que destacaron intervenciones no farmacológicas realizadas por enfermeras para el manejo de la ansiedad preoperatoria en pacientes adultos y pediátricos, con intervenciones centradas en la enseñanza y la relajación para adultos y actividades lúdicas para niños. **Consideraciones finales:** Los resultados del estudio demuestran que las intervenciones no farmacológicas son estrategias eficaces para el manejo de la ansiedad preoperatoria en pacientes adultos y pediátricos. En este contexto, las enfermeras juegan un papel clave en la implementación de estas prácticas, ya que son actores clave en la promoción de una atención humanizada, integral y centrada en las necesidades de las personas.

Palabras clave: Ansiedad, Enfermería perioperatoria, Atención de enfermería.

INTRODUÇÃO

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5, da *American Psychiatric Association* (2014), a ansiedade é a antecipação a uma ameaça futura, indefinida e imprevisível, condicionando o indivíduo a ficar em estado de vigilância e cautela. Podendo ocorrer medo e ansiedade provisórios induzidos por situações de estresse, ou o desenvolvimento de transtornos de ansiedade que se caracterizam por serem excessivos em relação às respostas fisiológicas e por persistirem por longos períodos de tempo.

Desta forma, a ansiedade se trata de uma condição de apreensão do indivíduo em relação a eventos futuros identificados como potencialmente ameaçadores, que podem interferir de forma significativamente negativa na vida do indivíduo, por esse motivo os profissionais de saúde devem estar atentos para pronta identificação e avaliação dos sintomas de ansiedade, para que possam dispor de intervenções eficazes para assistir estes pacientes (SOUSA DA, et al., 2013)

A realização de um procedimento cirúrgico, pode ser um grande causador de diversas manifestações clínicas nos pacientes, incluindo sintomas de ansiedade, pois este se apresenta como um evento que pode ser identificado pelo indivíduo como possível ameaça a sua integridade física, podendo este implicar em desfechos favoráveis ou não (ASSIS CC, et al., 2014).

A ansiedade está presente em grande parte dos pacientes que se submetem a cirurgias, como apontado por estudo primário realizado com 507 pacientes, que indica que quase metade dos pacientes (46,4%) apresentam ansiedade pré-operatória, e que os níveis de ansiedade podem variar entre os pacientes, de acordo com fatores como nível de instrução, orientações fornecidas pela equipe, tipo de anestesia e porte cirúrgico (GÜRLER H, et al., 2022).

A ansiedade pré-operatória é uma condição que pode prejudicar o fluxo operatório e a recuperação após a cirurgia, pois a ansiedade pré-operatória está relacionada à ocorrência de eventos adversos no pós-operatório, como maior prevalência de dor, insônia e náuseas. Devido a isto é de suma importância o manejo adequado da ansiedade pré-operatória, a fim de serem obtidos melhores resultados no pós-operatório (NI K, et al., 2023).

O enfermeiro tem papel importante na assistência perioperatória de pacientes submetidos a cirurgias. O período perioperatório é dividido em três fases: pré-operatório, transoperatório e pós-operatório. No pré-operatório, nota-se a responsabilidade em fornecer orientações e ajudar o paciente a compreender e lidar com diversas questões, incluindo um preparo psicológico (GONÇALVES MA, et al., 2017).

A atuação do enfermeiro no período perioperatório se pauta na Sistematização da Assistência de Enfermagem Perioperatória (SAEP) que tem como ponto de partida a visita de enfermagem pré-operatória, com o objetivo de levantar possíveis alterações relacionadas aos aspectos fisiológicos ou psicossociais dos pacientes, e realizar intervenções para impactar de forma positiva na resolução destes problemas, podendo ser um destes a ansiedade. Desta forma o enfermeiro deve além de colher as informações para o processo de enfermagem, dar orientações e tirar as dúvidas do paciente e da família acerca do processo cirúrgico e etapas relacionadas a preparação para a cirurgia e posterior recuperação (RIBEIRO KRA e SILVA E, 2018).

O manejo não farmacológico da ansiedade pré-operatória é extremamente importante, especialmente por se tratar de intervenções seguras, de baixo custo e isentas dos efeitos adversos comuns aos ansiolíticos. Essas estratégias promovem não apenas o controle da ansiedade, mas também a melhoria da experiência do paciente no ambiente cirúrgico, contribuindo para a estabilidade hemodinâmica e, consequentemente, para melhores desfechos cirúrgicos (BRASIL, 2018; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2019).

Tendo em vista todos esses aspectos acerca da ansiedade no pré-operatório e da atuação da enfermagem, a elaboração da pergunta de pesquisa foi realizada utilizando-se a estratégia PICO (P: população, I: intervenção, C: comparação /controle, O: desfecho/outcome) assim, os parâmetros definidos foram: P: Pacientes com sintomas de ansiedade no pré-operatório; I: Cuidados de enfermagem; C: não se aplica; O: Manejo da ansiedade no pré-operatório (SANTOS CMC, et al., 2007). Através disso, a seguinte pergunta foi elaborada: “Quais os principais cuidados de enfermagem no manejo da ansiedade no pré-operatório?”.

MÉTODOS

O estudo se apresenta como uma revisão integrativa da literatura, que permite o agrupamento de informações atuais acerca de determinado alvo de pesquisa, através da busca de artigos já publicados na literatura científica, com o objetivo de contextualizar o cenário atual de conhecimentos sobre o tema, e incitar a produção de novos estudos (CARVALHO YM, 2019). A elaboração da pergunta de pesquisa foi realizada utilizando-se a estratégia PICO (P: população, I: intervenção, C: comparação /controle, O: desfecho/outcome) assim, os parâmetros definidos foram: P: Pacientes com sintomas de ansiedade no pré-operatório; I: Cuidados de enfermagem.; C: não se aplica; O: Manejo da ansiedade no pré-operatório (SANTOS et al, 2007). Através disso, a seguinte pergunta de pesquisa foi elaborada: Quais os principais cuidados de enfermagem no manejo da ansiedade no pré-operatório.

Os critérios de inclusão utilizados na pesquisa foram: Estudos primários, publicados entre os anos 2020 a 2025, nos idiomas português e inglês, disponíveis na íntegra e que respondam de forma satisfatória a pergunta de pesquisa. Os critérios de exclusão foram: Estudos incompletos, duplicados, publicações anteriores a 2020, todos os tipos de revisões, editoriais, manuais, notas técnicas e artigos que não respondam de forma satisfatória a pergunta de pesquisa.

Foram utilizados os seguintes descritores presentes no vocabulário padronizado DeCS/MeSH (Descritores em Ciências da Saúde/Medical Subject Headings): “Ansiedade” (Anxiety); “Enfermagem perioperatória” (Perioperative Nursing); “Cuidados pré-operatórios” (Preoperative Care). Desta forma a pesquisa foi realizada com os descritores na língua inglesa, sendo estes relacionados através do operador booleano “AND”, a estratégia de busca utilizada foi a seguinte: “Anxiety” AND “Perioperative Nursing” AND “Preoperative Care”

As bases de dados utilizadas para a realização da pesquisa foram: PubMed, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Na PUBMED foram aplicados os seguintes filtros: 5 anos, texto completo, idioma português e inglês, sendo utilizados os mesmos filtros na LILACS e BVS, porém acrescentando nestas o filtro de assunto principal: “ansiedade”, “cuidados pré-operatórios”, “enfermagem perioperatória”.

O método utilizado para avaliar a qualidade dos estudos pesquisados foi a caracterização conforme o nível de evidência, que pode ser utilizado no processo crítico para avaliação de resultados de pesquisa com relevância científica, e possível incorporação de evidências à prática clínica (GALVÃO CM, 2006).

Processo de seleção dos estudos

Após a pesquisa nas bases de dados foram identificados 112 artigos (PUBMED: 74 artigos, BVS: 32 artigos, LILACS: 6 artigos), com a exclusão de 13 artigos duplicados, totalizando 99 artigos elegíveis para etapa de seleção através leitura de títulos e resumos (PUBMED: 67 artigos, BVS: 26 artigos, LILACS: 6 artigos). Após leitura de títulos e resumos, foram selecionados 23 artigos para leitura na íntegra (PUBMED: 15 artigos, BVS: 8 artigos, LILACS: 0 artigos). Após leitura na íntegra foram incluídos 15 estudos na amostra final utilizada na revisão integrativa (PUBMED: 11 artigos, BVS: 4 artigos, LILACS: 0 artigos). Os estudos incluídos foram classificados de acordo com o nível de evidência (**Quadro 1**).

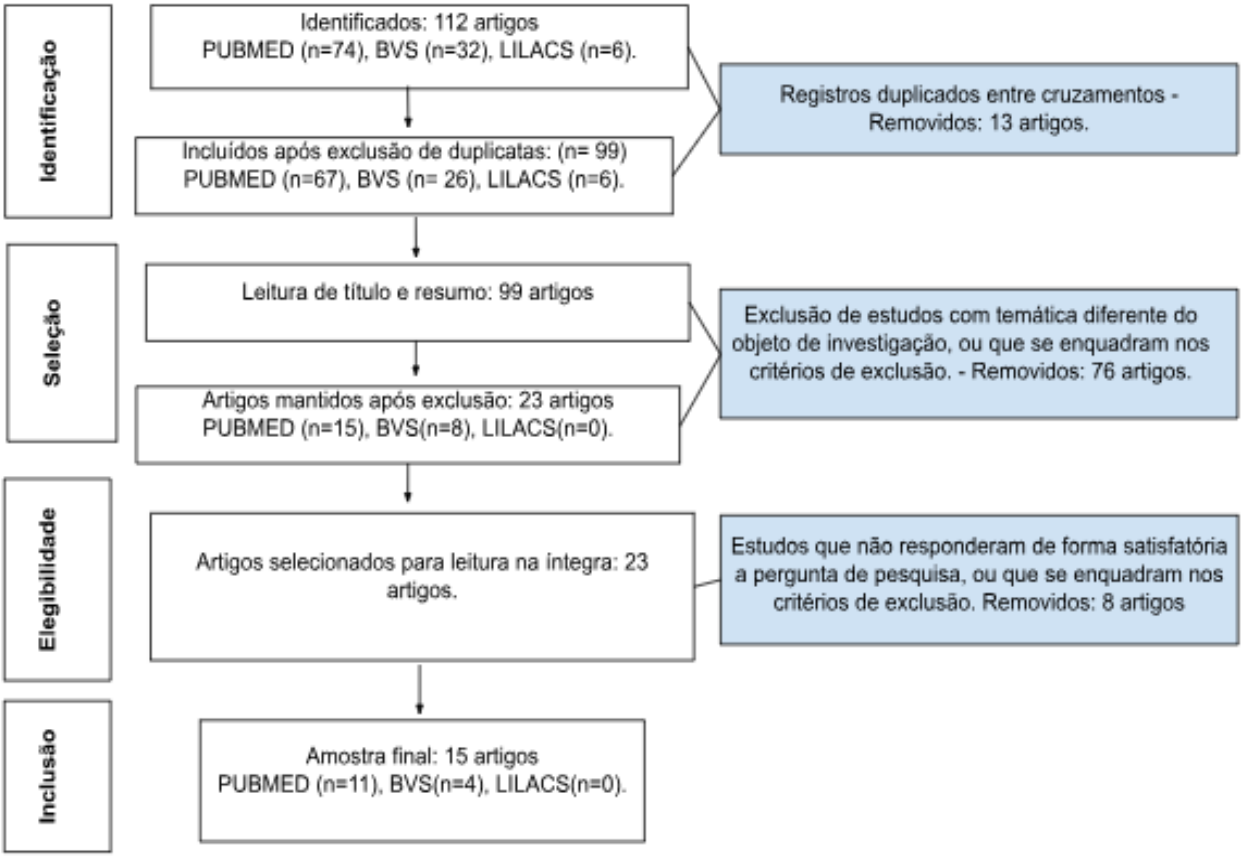
Quadro 1 - Classificação do nível de evidência.

Nível de evidência	Tipo de estudo
I	Revisão sistemática ou metanálise de ensaios clínicos relevantes.
II	Evidências derivadas de pelo menos um ensaio clínico randomizado controlado bem delineado.
III	Evidências obtidas de ensaios clínicos bem delineados sem randomização.
IV	Evidências provenientes de estudos de coorte e de caso-controle bem delineados.
V	Evidências originárias de revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos.
VI	Evidências derivadas de um único estudo descritivo ou qualitativo
VII	Evidências oriundas de opiniões de autoridades e/ou relatório de comitês de especialistas.

Fonte: Santos ABL, et al., 2025.

O processo de seleção dos artigos foi organizado em fluxograma para ilustrar as etapas executadas no processo de revisão (**Figura 1**).

Figura 1 - Fluxograma do processo de construção da revisão integrativa.



Fonte: Santos ABL, et al., 2025.

RESULTADOS

Quadro 2 - Síntese dos artigos selecionados para análise.

N	Autores/Ano	Amostra	Tipo de estudo	Nível de evidência	Objetivos	Resultados/ Conclusão
1	GULLER B e METE S, 2023	46 pacientes com Câncer de Ovário.	Ensaio clínico randomizado	Nível II	Investigar os efeitos do Programa de Enfermagem Focado no Relaxamento na dor, ansiedade, volume pulmonar, nível de conhecimento e satisfação com os cuidados de enfermagem na cirurgia de câncer de ovário.	Em pacientes submetidos a cirurgia de câncer de ovário, o programa de enfermagem focado em relaxamento reduz ansiedade e dor no pré-operatório.
2	AVILA MAG, et al., 2022	60 crianças em pré-operatório acompanhadas de seus pais.	Ensaio clínico randomizado	Nível II	Analisar a eficácia da orientação verbal por enfermeiros versus a orientação verbal combinada com um livro em quadrinhos sobre a ansiedade pré-operatória em crianças e seus pais.	O livro demonstrou ser benéfico na redução da ansiedade dos pais. No entanto, ambas as intervenções, realizadas no dia da cirurgia, não conseguiram reduzir a ansiedade pré-operatória em crianças e adolescentes na admissão ao centro cirúrgico. Os autores recomendam que o processo de preparação da criança comece após o agendamento da cirurgia.
3	DENG C, et al., 2021	160 pacientes submetidas à cirurgia de câncer de mama.	Ensaio clínico randomizado	Nível II	Investigar o efeito da aromaterapia perioperatória (AT) ou/mais musicoterapia (MT) sobre a dor e o nível de ansiedade, e o mecanismo potencial em mulheres submetidas à cirurgia de câncer de mama.	No início do estudo não houve diferenças significativas na intensidade da dor e ansiedade entre os grupos. Após a cirurgia, ao longo do tempo, as pontuações de ansiedade diminuíram nos grupos de intervenção, mas não no grupo controle.
4	GENC H e SARITAS S, 2019	110 pacientes submetidos a cirurgia para Hiperplasia benigna da próstata	Ensaio clínico não randomizado	Nível III	Este estudo foi conduzido para determinar os efeitos do óleo de lavanda nos níveis de ansiedade e sinais vitais em pacientes com hiperplasia prostática benigna (HPB) no período pré-operatório.	Os níveis de ansiedade diminuíram significativamente no grupo experimental em comparação ao grupo controle. No entanto, quando os escores de ansiedade pós-teste foram examinados, a diferença entre os grupos foi significativa ($p < 0,05$, Tabela 2). Foi determinado que o óleo de lavanda reduz os níveis de ansiedade pré-operatória.
5	SHEN D, et al., 2023	116 pacientes idosos submetidos a cirurgia oftalmológica	Ensaio clínico randomizado	Nível II	Este estudo foi conduzido para investigar os efeitos do método Teach-back na ansiedade pré-operatória e na cooperação cirúrgica em pacientes idosos submetidos a cirurgia oftalmológica ambulatorial.	Após a intervenção, os escores de ansiedade e de demanda por informação do grupo de observação foram menores do que os do grupo controle, e as diferenças foram estatisticamente significativas ($P < 0,05$). O método Teach-back pode aliviar a ansiedade pré-operatória dos pacientes, melhorar a qualidade da cooperação cirúrgica e facilitar a conscientização sobre os conhecimentos em saúde.

N	Autores/Ano	Amostra	Tipo de estudo	Nível de evidência	Objetivos	Resultados/ Conclusão
6	HONIG AJ, et al., 2023	99 pacientes adultos submetidos a cirurgias eletivas	Ensaio clínico não randomizado	Nível III	O objetivo do projeto foi responder à seguinte pergunta: A implementação da aromaterapia antes da cirurgia reduz a ansiedade pré-operatória em pacientes cirúrgicos adultos submetidos a cirurgias eletivas?	A exposição à aromaterapia reduziu significativamente a ansiedade pré-operatória. Houve uma diferença estatística e clinicamente significativa na pontuação de ansiedade após a exposição à aromaterapia.
7	TURGUT A, et al., 2024	70 crianças submetidas pela primeira vez a cirurgia.	Ensaio clínico randomizado	Nível II	Determinar os efeitos das intervenções de realidade virtual (RV) na ansiedade pré e pós-operatória, dor e satisfação parental em crianças.	Este estudo sugere que as intervenções de realidade virtual podem ajudar a reduzir a ansiedade pré-operatória e aumentar a satisfação parental. A RV parece ser uma estratégia não farmacológica promissora para o manejo da ansiedade infantil no período perioperatório
8	PEDRAMRAZI S, et al., 2024	114 pacientes submetidos a cirurgia de enxerto de bypass arterial	Ensaio clínico randomizado	Nível II	Este estudo investigou a eficácia da educação por vídeo entre pares, em comparação com a educação por vídeo convencional, na redução da depressão e da ansiedade perioperatórias em pacientes submetidos à cirurgia de revascularização do miocárdio.	Tanto o grupo de educação por vídeo com base em pares quanto o grupo de educação convencional por vídeo demonstraram níveis de ansiedade pré-operatória mais baixos em comparação ao grupo controle. No entanto, apenas o grupo de educação por vídeo com base em pares apresentou diferença estatisticamente significativa.
9	ROSTAMI E, et al.,2022	102 crianças submetidas a cirurgia	Ensaio clínico randomizado	Nível II	O objetivo deste estudo foi determinar o efeito dos videogames na ansiedade pré-operatória em crianças de 3 a 6 anos de uma amostra de crianças iranianas submetidas a cirurgias eletivas.	Não houve diferença significativa entre as médias de ansiedade no grupo controle e no grupo intervenção antes do jogo. No entanto, após jogar videogame nos grupos controle e jogo, houve diferença significativa a favor do videogame. Os resultados do presente estudo sugerem que videogames aprovados por especialistas reduzem a ansiedade pré-operatória média em crianças de 3 a 6 anos. Portanto, recomenda-se a implementação preventiva de videogames em hospitais.
10	MURPHY AE, et al., 2022	53 pacientes submetidas a cirurgias ginecológicas	Ensaio clínico não randomizado	Nível III	O objetivo deste projeto foi determinar se existe correlação entre óleos essenciais inalatórios terapêuticos em níveis de ansiedade durante a fase pré-operatória da cirurgia	O uso de óleos essenciais inalatórios terapêuticos demonstrou uma redução estatisticamente significativa nos escores de ansiedade pré-operatória na população ginecológica. Os óleos essenciais inalatórios podem ser usados como intervenção adjuvante para o manejo da ansiedade pré-operatória.
11	FLORES A, et al., 2023	1 paciente submetida a colecistectomia laparoscópica	Estudo descritivo ou qualitativo	Nível VI	explorar o uso de Realidade Virtual (RV) interativa rastreada pelos olhos como um ansiolítico não farmacológico personalizado para pacientes fisicamente imobilizados no pré-operatório.	Conforme previsto, em comparação ao tratamento usual (sem RV), o paciente relatou apresentar menor ansiedade pré-cirúrgica durante o uso de RV. A distração interativa de RV com rastreamento ocular foi uma abordagem não farmacológica eficaz técnica para reduzir o medo antecipatório e a ansiedade antes da cirurgia.

N	Autores/Ano	Amostra	Tipo de estudo	Nível de evidência	Objetivos	Resultados/ Conclusão
12	HE M, et al., 2024	216 pacientes submetidos à cirurgia RARC	Estudo do tipo caso-controle	Nível IV	Este estudo retrospectivo Investigou o efeito do programa de enfermagem RARC-ERAS sobre TEV e outros resultados clínicos em pacientes submetidos à cirurgia RARC.	O programa de enfermagem RARC-ERAS aumentou significativamente a taxa de fluxo sanguíneo venoso desobstruído pós-operatório nas extremidades inferiores por ultrassom Doppler colorido, menor ansiedade pré-operatória e hipotermia intraoperatória em pacientes submetidos a RARC. Essa abordagem de enfermagem apresenta uma estratégia valiosa para melhorar os resultados dos pacientes e merece maior exploração na prática clínica.
13	ONGUN P, et al., 2024	68 pacientes submetidos a cirurgias para cirurgia de gastrectomia vertical (LSG)	Ensaio clínico randomizado	Nível II	Investigar o efeito da educação pré-admissional dada aos pacientes submetidos à gastrectomia vertical sobre ansiedade pré e pós-operatória, pós-dor operatória e sinais vitais do paciente.	A educação dada aos pacientes antes da hospitalização diminuiu níveis de ansiedade pré e pós-operatória, internação hospitalar pós-operatória e níveis de dor e afetou positivamente a pressão arterial diastólica, a temperatura corporal e os níveis de saturação. A educação individualizada oferecida aos pacientes na clínica ambulatorial também contribui positivamente para sua preparação para a cirurgia.
14	LEVAY MM, et al., 2022	99 crianças pré-escolares programadas para cirurgia eletiva	Ensaio clínico randomizado	Nível II	O objetivo principal deste estudo foi comparar o efeito da distração ativa com o midazolam como método não farmacológico de redução da ansiedade pré-operatória em crianças pré-escolares.	A distração ativa com auxílio de um tablet foi tão eficaz quanto o midazolam no manejo da ansiedade de crianças em idade pré-escolar, sendo uma intervenção que não apresentou efeitos colaterais e foi associada com tempo de internação reduzido.
15	LI X, et al., 2024	97 pacientes com tumores malignos ginecológicos.	Ensaio clínico não randomizado	Nível III	Explorar o efeito de uma intervenção de pré-reabilitação pré-operatória multimodal, de curto prazo, em ambiente hospitalar, na capacidade funcional perioperatória de pacientes com tumores malignos ginecológicos.	A pontuação HAS do grupo de intervenção foi menor do que a do grupo de controle e seu valor inicial, indicando que a intervenção foi mais eficaz do que a orientação pré-operatória de rotina para melhorar o estado de ansiedade dos pacientes cirúrgicos. Pacientes com tumores ginecológicos submetidas à pré-habilitação multimodal de curto prazo apresenta melhora na capacidade de exercício, redução da ansiedade e melhora na saúde geral no 30o dia após a cirurgia, em comparação com o período pré-operatório.

Fonte: Santos ABL, et al., 2025.

DISCUSSÃO

Manejo da ansiedade pré-operatória em pacientes adultos

Os achados dessa revisão corroboram a efetividade de abordagens como orientações pré-operatórias e técnicas focadas em relaxamento tais como, aromaterapia, musicoterapia, orientações pré-operatórias e uso de realidade virtual, evidenciando o papel da enfermagem na implementação dessas intervenções no contexto hospitalar.

Entre as estratégias utilizadas para o controle da ansiedade no período pré-operatório, a aromaterapia e a musicoterapia destacam-se pela sua eficácia e simplicidade na aplicação clínica. A aromaterapia, especialmente com óleos essenciais como lavanda, bergamota e camomila, tem sido associada à redução dos níveis de ansiedade por meio da modulação do sistema límbico, contribuindo para o relaxamento e bem-estar do paciente (GENC H e SARITAS S, 2020; DENG C, et al., 2022). A aromaterapia se destaca como alternativa natural e segura no controle da ansiedade, oferecendo resultados positivos sem os efeitos adversos comuns aos medicamentos. Seu uso tem mostrado eficácia na redução do estresse e da ansiedade em diferentes contextos clínicos (SANTOS N e PINTO AAM, 2024).

A musicoterapia tem sido amplamente empregada como uma intervenção sensorial capaz de aliviar a tensão emocional antes da cirurgia. Estudos mostram que a escuta de música relaxante promove redução significativa dos níveis de ansiedade-estado e melhora parâmetros fisiológicos como frequência cardíaca e pressão arterial (HONIG AJ, et al., 2023; MURPHY AE, et al., 2022). A escolha da música, quando adaptada às preferências individuais do paciente, potencializa esses efeitos, proporcionando uma experiência mais acolhedora e humanizada. Ambas as intervenções demonstram ser seguras, de baixo custo e com grande potencial de integração à prática clínica em ambientes cirúrgicos.

A educação em saúde no contexto pré-operatório configura-se como uma ferramenta essencial para o enfrentamento da ansiedade em pacientes adultos, permitindo que estes se sintam mais seguros, informados e emocionalmente preparados para o procedimento cirúrgico. Quando bem estruturadas, as ações educativas fornecem informações claras sobre a cirurgia, anestesia, tempo de internação e cuidados pós-operatórios, reduzindo significativamente os níveis de incerteza — um dos principais gatilhos da ansiedade nesse período. Estudos recentes evidenciam que a educação pré-operatória, realizada de forma individualizada, melhora não apenas os indicadores emocionais, mas também a colaboração do paciente com a equipe de saúde (ONGUN P, et al., 2024).

He M, et al. (2024) apontam que pacientes que recebem orientações educativas demonstram menor ativação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, com redução de marcadores fisiológicos de estresse, como cortisol e frequência cardíaca.

Já Shen D, et al. (2023) destacam que intervenções educativas multimodais — como uso de vídeos, conversas dirigidas e materiais escritos — têm impacto positivo tanto na ansiedade-estado quanto na percepção de autocuidado e controle da situação cirúrgica. Dessa forma, a educação em saúde se apresenta como uma prática estratégica, especialmente quando conduzida com empatia e linguagem acessível, promovendo um cuidado mais humanizado e centrado nas necessidades do paciente.

As técnicas de relaxamento e o uso da realidade virtual (RV) vêm se consolidando como intervenções não farmacológicas eficazes no enfrentamento da ansiedade pré-operatória. Métodos como respiração diafragmática, relaxamento muscular progressivo e visualização guiada favorecem a regulação do sistema nervoso autônomo, induzindo sensação de calma e reduzindo a percepção de ameaça associada ao ambiente cirúrgico.

Guller B e Mete S (2022) demonstraram que programas estruturados de relaxamento reduziram significativamente os escores de ansiedade em pacientes no período pré-cirúrgico, além de melhorarem a percepção de autocontrole. Paralelamente, a realidade virtual surge como uma ferramenta tecnológica inovadora que proporciona imersão em ambientes visuais e sonoros relaxantes, desviando o foco da experiência cirúrgica iminente.

Segundo Li X, et al. (2024), o uso da RV antes de procedimentos eletivos resultou em reduções relevantes da ansiedade-estado, além de melhorar a experiência geral do paciente com o atendimento. Flores A, et al. (2023) também destacam que a combinação entre relaxamento e realidade virtual potencializa os efeitos calmantes, promovendo maior envolvimento emocional e reduzindo a ativação fisiológica do estresse. Tais intervenções se mostram particularmente promissoras por aliarem custo-benefício, segurança e aceitabilidade, reforçando o cuidado integral e centrado no paciente no contexto hospitalar.

Manejo da Ansiedade pré-operatória em pacientes Pediátricos

No que diz respeito à assistência de saúde a pacientes pediátricos, entre os principais desafios está a transmissão de informações em linguagem compatível com o nível de conhecimento destes, assim como o manejo da ansiedade. Se tratando das rotinas pré-operatórias, estas se apresentam como um processo com enorme potencial estressor, podendo desencadear ansiedade, medo e resistência no recebimento de cuidados, dificultando a atuação dos profissionais de saúde (BROERING CV e CREPALDI MA, 2008).

Desta forma é imprescindível que ocorra uma preparação psicológica das crianças, e explicação das rotinas cirúrgicas com linguagem simples, podendo dispor de linguagem lúdica para facilitar o entendimento. Além disso, os pais e responsáveis têm um importante papel neste processo, devendo acompanhar as crianças, passar segurança, dar suporte emocional e auxiliar no controle da ansiedade, ajudando a manter a criança o mais calma e colaborativa possível até o momento da indução anestésica (FRANZOI MAH e MARTINS G, 2016). Desta forma na assistência de enfermagem pré-operatória aos pacientes pediátricos, para reduzir os níveis de ansiedade e otimizar os cuidados, o enfermeiro pode dispor de intervenções não farmacológicas no manejo da ansiedade, que se tratam de intervenções seguras, de fácil implementação, baixo custo e a isenção de efeitos adversos, comum em tratamentos medicamentosos (BRASIL, 2018; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2019).

A presente pesquisa proporcionou a identificação de intervenções não farmacológicas no manejo da ansiedade em pacientes pediátricos durante o período pré-operatório, podendo dispor de linguagem lúdica para tranquilizar as crianças e transmitir informações conforme o nível de conhecimento destas. Entre as intervenções encontradas estão: promoção da distração ativa, uso de videogames, aplicação de realidade virtual, intervenção educativa com histórias em quadrinhos. Com o enfermeiro desempenhando importante papel na implementação destas intervenções visando a redução da ansiedade dos pacientes pediátricos. A intervenção através da distração ativa por meio de jogos foi encontradas em 2 artigos, no primeiro foi oferecido ao paciente escolher jogos em um tablet com jogos adequados a idade pré-selecionados pela equipe, sendo permitido jogar até mesmo durante a indução anestésica inalatória. Esta intervenção foi comparada com a administração de Midazolam nas crianças do grupo controle, mostrando-se tão eficaz quanto no manejo da ansiedade, sendo apontada como uma alternativa não farmacológica no manejo da ansiedade em opção ao Midazolam. Além disso, foi associado a intervenção com distração ativa um menor tempo de internação hospitalar (LEVAY MM, et al., 2022).

No segundo artigo também foi realizada a intervenção com videogames escolhidos pelas crianças dentre os disponibilizados pela equipe, porém com a diferença de que as crianças jogaram por cerca de 20 minutos antes de serem levadas à sala operatória. com o grupo intervenção tendo níveis de ansiedade menores em relação às crianças que não jogaram videogame e seguiram o fluxo tradicional de rotinas pré-operatórias. Apesar da diferença de método, ambos os estudos tiveram resultado positivo na redução da ansiedade infantil (ROSTAMI E, et al., 2022). Desta forma o uso de jogos se apresenta como uma intervenção eficiente na redução da ansiedade nas crianças, o que é corroborado por ensaio clínico randomizado com 128 crianças com idade entre 5 e 11 anos, em que foi utilizada como intervenção a distração com videogames e o contato com a máscara de anestesia inalatória, este estudo demonstrou como resultados que as crianças que receberam a intervenção apresentaram menores escores de ansiedade. Além disso, essas intervenções têm como vantagens serem eficazes e de simples implementação pela equipe de enfermagem, sendo extremamente benéficas para atenuar a ansiedade das crianças e melhorar a aceitação das crianças ao processo de indução anestésica (DWAIREJ DA, et al., 2020).

Outra intervenção identificada foi o uso de Realidade Virtual para auxiliar na orientação das crianças a respeito dos procedimentos pré-operatórios. No estudo as crianças receberam um tour pelo centro cirúrgico com vídeo assistido através de óculos de realidade virtual com visualização de 360º, com uma enfermeira

inserida no vídeo explicando as etapas pré e pós-operatórias. As crianças do grupo intervenção tiveram menores valores de ansiedade em relação às crianças que não tiveram contato com o vídeo de realidade virtual (TURGUT A, et al., 2024). Se tratando do uso de Realidade Virtual no manejo da ansiedade pré operatória infantil, esta se apresenta como uma ferramenta moderna e com grande potencial para utilização na área da saúde, o que é reforçado por ensaio clínico randomizado realizado com 101 crianças e adolescentes na faixa dos 5 a 17 anos, em que foi realizado como intervenção a imersão em Realidade Virtual para informações pré operatórias e ensino de técnicas de relaxamento, onde foi constatado que os níveis de ansiedade foram significativamente menores em relação aos pacientes que receberam a abordagem pré operatória padrão (CHAMBERLAND C, et al., 2024).

Por fim, foi identificado como intervenção o uso de histórias em quadrinhos como forma de transmitir as informações em linguagem mais simples para os pacientes pediátricos, deste modo, o Enfermeiro realizou orientação pré-operatória com o auxílio de história em quadrinhos com conteúdo que abordava a rotina perioperatória, após receber a orientação as crianças podiam pintar a história com os cenários do centro cirúrgico usando lápis de cor. Os resultados indicaram que a intervenção não gerou os resultados esperados, não havendo redução significativa na ansiedade pré-operatória das crianças, porém os níveis de ansiedade permaneceram semelhantes aos medidos previamente no quarto de internação antes de adentrar no pré-operatório. Os autores apontam que o preparo psicológico e intervenções devem ter início logo após a marcação da cirurgia, e não apenas durante o momento de pré-operatório imediato (AVILA MAG, et al., 2022).

Por outro lado, em estudo quase experimental de grupo único, com amostra de 62 crianças, foi realizada a avaliação dos níveis de ansiedade pré e pós teste, com o uso de uma intervenção com uma história em quadrinhos que apresentava o centro cirúrgico as crianças, o estudo demonstrou como resultado que as crianças apresentaram níveis de ansiedade menores após o contato com a história em quadrinhos, se comparado com seu nível de ansiedade antes de fazer a leitura da história. Por isso devem ser realizados outros estudos para avaliar a eficácia deste tipo de intervenção (TAHA SMH e EL-SAYED REH, 2021).

Tipos de tecnologias usadas na prática de enfermagem

No contexto da enfermagem, as tecnologias podem ser classificadas em leves, leve-duras e duras. As tecnologias leves dizem respeito às dinâmicas relacionadas ao acolhimento, estabelecimento de relações humanas e vínculo, necessários para o cuidado. As tecnologias leve-duras se tratam da utilização de conhecimentos estruturados, que não necessitam do uso de recursos de alta tecnologia para realização, tem como exemplos cuidados e intervenções de enfermagem que não necessitam de alta tecnologia. Já as tecnologias duras, se pautam na utilização de alta tecnologia, como máquinas, aparelhos eletrônicos e softwares (SABINO LMM, et al., 2016). Desta forma podemos classificar as intervenções de enfermagem não farmacológicas no manejo da ansiedade no pré-operatório conforme os tipos de tecnologia empregados na prática da enfermagem.

Quadro 3 - Classificação das intervenções de enfermagem no manejo da ansiedade no pré-operatório, com artigos referenciados conforme **Quadro 2**.

Intervenção	Classificação
Programa de enfermagem focado no relaxamento[1].	Leve-dura
Orientação verbal com auxílio de revista em quadrinhos[2].	Leve-dura
Aromaterapia[3,4,6,10].	Leve-dura
Musicoterapia[3].	Dura
Método Teach Back[5].	Leve-dura
Intervenção com uso de Realidade Virtual (RV)[7,11].	Dura
Educação por vídeo[8].	Dura
Uso de videogames para distração[9,14].	Dura
Programa de Enfermagem RARC-ERAS[12].	Leve-dura
Educação pré admissão[13].	Leve-dura
Pré reabilitação pré-operatória multimodal[15].	Leve-dura

Fonte: Santos ABL, et al., 2025.

Desafios na implementação dos métodos não farmacológicos na redução da ansiedade pré-operatória

Apesar da crescente evidência sobre a eficácia das técnicas não farmacológicas para a redução da ansiedade no pré-operatório, sua implementação na prática clínica enfrenta inúmeros desafios. Um dos principais obstáculos está relacionado à formação e capacitação da equipe de enfermagem. Guller B e Mete S (2023) afirmam que a implementação de medidas não farmacológicas pode ser facilmente praticada por enfermeiros, porém requer educação especializada adicional.

No Brasil, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são condutas terapêuticas que desempenham um papel abrangente no Sistema Único de Saúde (SUS) e podem ser incorporadas em todos os níveis da Rede de Atenção à Saúde (BRASIL, 2025). A formação profissional em enfermagem nem sempre inclui uma formação abrangente em PICS, trazendo a necessidade de busca por treinamento específico e educação continuada para oferecimento dessas práticas de forma competente (COREN-SP, 2023).

Outro entrave importante diz respeito ao tempo restrito e sobrecarga de trabalho no ambiente hospitalar, que dificultam a dedicação da equipe de enfermagem à implementação dos métodos não farmacológicos. A escassez de profissionais compromete a qualidade do cuidado e torna o ambiente de trabalho mais estressante (MACEDO KD, et al., 2024). Os métodos não farmacológicos simples, fáceis e rápidos de serem implementados são mais favoráveis, visto que geram esforço extra mínimo para a equipe de enfermagem (MURPHY AE, et al., 2022; SHEN D, et al., 2023)

É relevante destacar que os recursos financeiros para a aplicação destes métodos nas instituições de saúde ainda são limitados, além da ausência de protocolos institucionais que incentivem o uso dessas práticas na redução da ansiedade pré-operatória (COREN-SP, 2023). A incorporação efetiva dessas práticas exige mudança cultural e estrutural nas instituições de saúde, além da valorização da humanização no cuidado perioperatório. Por fim, deve-se destacar que as medidas não farmacológicas são estratégias valiosas para melhorar os resultados dos pacientes e merecem maior exploração na prática clínica (HE M, et al., 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As evidências demonstram que as intervenções não farmacológicas são eficazes no manejo da ansiedade pré-operatória, contribuindo para a melhora de desfechos clínicos e da experiência do paciente. Nesse contexto, o enfermeiro exerce papel central e estratégico, atuando como protagonista na aplicação dessas práticas por estar em contato direto e contínuo com os pacientes. Cabe a esse profissional não apenas a execução, mas também a seleção adequada das intervenções conforme as necessidades individuais, a educação em saúde e o acolhimento humanizado. No entanto, a consolidação desse protagonismo exige investimento em capacitação específica, inserção das práticas integrativas nas diretrizes institucionais e superação de barreiras como sobrecarga laboral e limitação de recursos. Fortalecer a atuação do enfermeiro nesse campo é fundamental para avançar na humanização e na qualidade da assistência perioperatória.

REFERÊNCIAS

1. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5.ed - Porto Alegre: Artmed, 2014.
2. ASSIS CC, et al. Acolhimento e sintomas de ansiedade em pacientes no pré-operatório de cirurgia cardíaca. Revista Brasileira de Enfermagem, 2014; 67:401-407.
3. AVILA MAG, et al. Educational intervention through a comic book for preoperative anxiety in children, adolescents, and their parents: A randomized clinical trial. Journal of Pediatric Nursing, 2022;67:e208-e214.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. 2025. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics. Acessado em: 19 de junho de 2025.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Práticas integrativas e complementares: políticas, práticas, saberes e cuidado. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

6. BROERING CV, CREPALDI MA. Preparação psicológica para a cirurgia em pediatria: importância, técnicas e limitações. Paidéia (Ribeirão Preto), 2008; 18:61-72.
7. CARVALHO MARIANO Y. Do velho ao novo: a revisão de literatura como método de fazer ciência. Revista Thema, 2019; 16(4):913-928.
8. CHAMBERLAND C, et al. O efeito da realidade aumentada na ansiedade pré-operatória em crianças e adolescentes: um ensaio clínico randomizado. Pediatric Anesthesia, 2024; 34(2):153-159.
9. CONSELHO REGIONAL DE ENFERMAGEM DE SÃO PAULO (COREN-SP). Manual de práticas integrativas e complementares. São Paulo: COREN-SP, dez. 2023. 130 p. ISBN 978-65-981637-1-6.
10. DENG C, et al. Aromatherapy Plus Music Therapy Improve Pain Intensity and Anxiety Scores in Patients With Breast Cancer During Perioperative Periods: A Randomized Controlled Trial. Clinical Breast Cancer, 2022; 22(2):115-120.
11. DWAIREJ DA, et al. Video game distraction and anesthesia mask practice reduces children's preoperative anxiety: A randomized clinical trial. Journal for Specialists in Pediatric Nursing, 2020; v. 25(1):e12272
12. FLORES A, et al. Using Immersive Virtual Reality Distraction to Reduce Fear and Anxiety before Surgery. Healthcare, 2023; 11:2697.
13. FRANZOI MAH, MARTINS G. Ansiedade de crianças em situação cirúrgica e percepções emocionais reportadas por seus acompanhantes no pré-operatório: um estudo exploratório. REME-Revista Mineira de Enfermagem, 2016; 20(1).
14. GALVÃO MARIA C. Níveis de evidência. Acta Paulista de Enfermagem, 2006;19;5.
15. GENC H, SARITAS S. The effects of lavender oil on the anxiety and vital signs of benign prostatic hyperplasia patients in preoperative period. Explore, 2019; 17.
16. GONÇALVES MA, et al. A influência da informação fornecida pelos enfermeiros sobre a ansiedade pré-operatória. Revista de Enfermagem Referência, 2017; 4(14):17-26.
17. GULLER B e METE S. Effects of Relaxation-Focused Nursing Program in Women with Ovarian Cancer: A Randomized Controlled Trial. Pain Management Nursing, 2023; 24 e35–e45.
18. GÜRLER H, et al. Níveis de ansiedade pré-operatória em pacientes cirúrgicos: uma comparação de três escalas de pontuação diferentes. Journal of PeriAnesthesia Nursing, 2022; 37(1):69-74.
19. HE M, et al. Effect of RARC-ERAS nursing program on clinical outcomes in patients undergoing RARC surgery: a retrospective, propensity matching study. Journal of Robotic Surgery, 2024; 18:170.
20. HONIG AJ, et al. Implementation of Aromatherapy, a Nonpharmacological Intervention, to Reduce Anxiety During the Preoperative Period. Journal of PeriAnesthesia Nursing, 2023; 38, 206−212.
21. LEVAY MM, et al. The effect of active distraction compared to midazolam in preschool children in the perioperative setting: A randomized controlled trial. Journal of Pediatric Nursing, 2023; 68, 35–43.
22. LI X, et al. The impact of short-term multimodal prehabilitation on functional capacity in patients with gynecologic malignancies during the perioperative period: A prospective study. European Journal of Oncology Nursing, 2024; 70:102577.
23. MACEDO KD, et al. O impacto da sobrecarga de trabalho na saúde dos profissionais de enfermagem. Revista FT, 2024; Ciências da Saúde; 28(135).
24. MURPHY AE, et al. The Use of Therapeutic Inhaled Essential Oils (TIEO) as a Holistic Approach to Decrease Preoperative Anxiety in ERAS Gynecological Surgery. J of PeriAne Nursing, 2022; 37, 787−794.
25. NI K, et al. Preoperative anxiety and postoperative adverse events: a narrative overview. Anesthesiology and Perioperative Science, 2023; 1(3):23.
26. ONGUN P, et al. The effect of preadmission education given to bariatric surgery patients on postoperative recovery: A randomized controlled study. Journal of Evaluation in Clinical Practice, 2024; 1–10.
27. PEDRAMRAZI S, et al. Effectiveness of Peer-Based and Conventional Video Education in Reducing Perioperative Depression and Anxiety Among Coronary Artery Bypass Grafting Patients: A Randomized Controlled Trial. Journal of PeriAnesthesia Nursing, 2024; 39:741–749.
28. RIBEIRO KRA, SILVA E. Ansiedade no pré-operatório de cirurgias cardíacas: como a enfermagem pode atuar?. Rev Soc Cardiol Estado de São Paulo, 2018; 28(1):95-100.
29. ROSTAMI E, et al. Effect of video games on preoperative anxiety in 3- to-6-year-old of a sample of Iranian children undergoing elective surgery. Journal of Education and Health Promotion, 2022; 11.

30. SABINO LMM, et al. Uso de tecnologia leve-dura nas práticas de enfermagem: análise de conceito. Aquichan,2016; 16(2):230-239.
31. SANTOS CMC, et al. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. Revista latino-americana de enfermagem, 2007; 15:508-511.
32. SANTOS N, PINTO AAM. A eficácia da aromaterapia em indivíduos com indicativos de ansiedade. Brazilian Journal of Development, 2024; 10(10):e73384.
33. SHEN D, et al. The impact of Teach-back method on preoperative anxiety and surgical cooperation in elderly patients undergoing outpatient ophthalmology surgery A randomized clinical trial. Medicine, 2023; 102(8).
34. SOUSA DA, et al. Revisão sistemática de instrumentos para avaliação de ansiedade na população brasileira. Avaliação psicológica, 2013; 12(3):397-410.
35. TAHA SMH, EL-SAYED REH. Effect of an Educational Comic Story about Preoperative Orientation on Information and Anxiety Level of Children Undergoing Surgery. Clinical Nursing Research, 2021; 30(6):771-779.
36. TURGUT A, et al. The Effect of Immersive Virtual Reality Application on Anxiety, Pain, and Parental Satisfaction in the Perioperative Process of Children: A Randomized Controlled Trial. Pain Management Nursing, 2024; 25:584-590.
37. WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO global report on traditional and complementary medicine 2019. Geneva: World Health Organization, 2019.