

Abordagens psicológica e farmacológica para transtorno de ansiedade generalizada (TAG)

Ferraz, A.A.¹, Mota, L.S.¹.

¹União das Faculdades dos Grandes Lagos – UNILAGO

*larasmota05@gmail.com

Palavras-chave: Ansiedade, Psicoterapia, Farmacoterapia.

Introdução

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é um distúrbio comum caracterizado por medo excessivo, preocupação e sintomas como tensão muscular, inquietação, irritabilidade, distúrbios do sono e desconforto gastrointestinal. Afeta 4,3% da população em geral e tem um impacto significativo no funcionamento, na vida social, no desempenho profissional, na produtividade no trabalho e na qualidade de vida relacionada com a saúde.

O índice de gravidade da doença está correlacionado com o aumento da utilização de cuidados de saúde e dos custos médicos. A terapia cognitivo-comportamental (TCC) é a abordagem preferida para o tratamento do TAG devido à sua eficácia e ausência de efeitos adversos. No entanto, as restrições de recursos podem dificultar a sua implementação.

A terapia farmacológica é o tratamento primário, mas os médicos enfrentam desafios na prescrição de medicamentos apropriados. As intervenções farmacológicas iniciais incluem inibidores seletivos da recaptação de serotonina e IRSNs. O presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão de literatura sobre abordagens psicológica e farmacológica para transtorno de ansiedade generalizada (TAG).

Este estudo revisa a literatura sobre abordagens psicológicas e farmacológicas para transtorno de ansiedade generalizada (TAG) usando o banco de

dados da National Library of Medicine (PubMed/MEDLINE).

Os critérios de busca incluíram estudos epidemiológicos, ensaios clínicos randomizados, testes controlados e randomizados, revisões sistemáticas e metanálises. Os artigos foram selecionados com base no idioma inglês ou espanhol, publicação entre 2019 e julho de 2023 e acesso integral ao conteúdo. Após avaliação e aplicação dos critérios, foram selecionados 13 artigos científicos.

Resultados e Discussão

O TAG é uma condição que requer psicoterapias e intervenções farmacológicas. Recomenda-se uma abordagem combinada, incluindo terapia cognitivo-comportamental (TCC), terapia de suporte e terapia interpessoal (TIP).

A TCC concentra-se no reconhecimento de pensamentos e comportamentos negativos que contribuem para a tristeza e a ansiedade, enquanto o IPT aborda os desafios no estabelecimento e manutenção de relacionamentos, como o gerenciamento do luto, a resolução de conflitos e a adaptação às transições da vida.

A terapia de suporte é um tratamento psicológico que utiliza as habilidades interpessoais do terapeuta, como incentivo, escuta empática e reflexão, para fornecer apoio e incentivo aos pacientes. Centra-se em

questões imediatas e não em desafios de longo prazo, com o objetivo de aliviar os níveis de dor e ajudar os pacientes a navegar pelas condições atuais com maior facilidade. Normalmente evita o uso de outras estratégias terapêuticas.

O transtorno de ansiedade generalizada pode ser tratado com vários medicamentos, incluindo inibidores seletivos da recaptação da serotonina (ISRS), inibidores da recaptação da serotonina-noradrenalina (IRSN), antidepressivos atípicos, antidepressivos tricíclicos, pregabalina, trazodona, buspirona e benzodiazepínicos.

Os medicamentos antipsicóticos têm demonstrado eficácia no tratamento de alguns indivíduos, especialmente aqueles com problemas comportamentais. Em casos de resistência, múltiplas modalidades terapêuticas podem ser utilizadas. Os benzodiazepínicos são usados para alívio imediato ou intervenção de curto prazo.

Pacientes com atitude cooperativa e compreensão dos fatores psicológicos têm maior probabilidade de responder positivamente. Os inibidores seletivos da recaptação da serotonina (ISRSs) atuam inibindo o transportador de recaptação da serotonina (5-hidroxitriptamina), aumentando os níveis sinápticos de 5-HT e a difusão extra-sináptica.

Os ISRS têm potência e seletividade variadas para o transportador 5-HT e interagem com vários receptores, afetando sua eficácia e perfis farmacológicos. Os efeitos adversos dos ISRS incluem efeitos ansiolíticos, início tardio e efeitos adversos durante os primeiros 14 dias. A mitigação destes efeitos pode ser alcançada através da redução das primeiras doses e variações na tolerância entre os pacientes.

Certos produtos farmacêuticos, como os inibidores seletivos da recaptação da serotonina

(ISRS), podem interagir com outros agentes psicofarmacológicos e medicamentos para outros distúrbios clínicos. Após a descontinuação, podem ocorrer efeitos de abstinência, mas são menos graves que os benzodiazepínicos. Estas reações são mais comuns com a paroxetina.

Embora os ISRS sejam geralmente bem tolerados, grandes doses podem causar efeitos colaterais como boca seca, náusea, prisão de ventre, redução do apetite, sonolência e hiperidrose.

Conclusão

Os transtornos de ansiedade, como o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), são prevalentes devido ao estilo de vida acelerado, às demandas sociais e à cultura capitalista.

O TAG é caracterizado por preocupações excessivas e irrealistas, afetando a qualidade de vida do indivíduo.

O diagnóstico requer um psiquiatra seguindo os critérios do DSM-V, e o tratamento envolve Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e medicação, sendo ISRSs e IRSNs medicamentos de primeira linha.

Referências

- ¹Munir S, Takov V. Generalized Anxiety Disorder. 2022 Oct 17. In: StatPearls [Internet]. **Treasure Island (FL)**: StatPearls Publishing; 2023 Jan–.
- ²Bandelow B, Michaelis S, Wedekind D. Treatment of anxiety disorders. **Dialogues Clin Neurosci**. 2017 Jun;19(2):93-107.
- ³Carl E, Witcraft SM, Kauffman BY, Gillespie EM, Becker ES, Cuijpers P, Van Ameringen M, Smits JAJ, Powers MB. Psychological and pharmacological treatments for generalized anxiety disorder (GAD): a meta-analysis of randomized controlled trials. **Cogn Behav Ther**. 2020 Jan;49(1):1-21.
- ⁴Garakani A, Murrough JW, Freire RC, Thom RP, Larkin K, Buono FD, Iosifescu DV. Pharmacotherapy of Anxiety Disorders: Current and Emerging Treatment Options. **Front Psychiatry**. 2020 Dec 23;11:595584.
- ⁵Krijnen-de Bruin E, Scholten W, Muntingh A, Maarsingh O, van Meijel B, van Straten A, Batelaan N. Psychological interventions to prevent relapse in anxiety and depression: A systematic review and meta-analysis. **PLoS One**. 2022 Aug 12;17(8):e0272200.