

TRANSTORNO DE ANSIEDADE: REAÇÕES FÍSICAS, IMUNOLÓGICAS E AS MUDANÇAS SOCIAIS NA VIDA DO INDIVÍDUO.

PIPERNO, Paola Daniely Feijolli

PADULA, Yuri Bruniera

Palavras-chave: psicologia; transtorno de ansiedade; prejuízo funcional.

INTRODUÇÃO

É importante estudar as mudanças e implicações que um transtorno pode gerar na vida de um indivíduo. A presente pesquisa se justifica nas problemáticas em relação ao transtorno de ansiedade e algumas são colocadas em pauta, sejam elas, a dificuldade no desenvolvimento em habilidades sociais, os sintomas cada vez mais presentes no dia a dia, as consequências apresentadas fisiologicamente, entre outros. Nesse sentido, a proposta é trazer uma reflexão em como a psicologia compreende os efeitos dos sintomas característicos de um quadro de ansiedade para o ser humano.

Segundo Silva (2014) no contexto atual, a ansiedade é um dos males que tem abatido a sociedade em relação a tantos compromissos, trabalhos em excesso e responsabilidades, visto que o indivíduo não está preparado para lidar com a sobrecarga de compromissos e conhecimentos negativos, podendo desenvolver a ansiedade de maneira elevada.

Esse transtorno é visualizado como prejudicial à qualidade de vida e bem estar do ser humano, podendo impossibilitar a realização de experiências e comportamentos naturais do dia a dia. É possível identificar o transtorno através dos sintomas característicos, mediante as reações de acordo com os efeitos de um quadro de ansiedade previstos no DSM-5 (2014).

OBJETIVOS

Gerais

Compreender como a psicologia compreende os efeitos de um quadro de ansiedade para vida funcional do ser humano.

Objetivos Específicos

- Apresentar sobre os diagnósticos de transtorno de ansiedade;
- Discutir como ou quando características de um quadro de ansiedade passam a prejudicar a vida funcional de uma pessoa;

- Compreender a visão da Abordagem Terapia Cognitivo Comportamental sobre um quadro de ansiedade.

MÉTODO

O presente trabalho teve como base uma pesquisa bibliográfica de abordagem qualitativa e o enfoque descritivo.

Tal item foi incorporado mediante a uma busca em bases de dados evidenciando propostas relacionadas ao tema, desenvolvidas nos últimos cinco anos.

DESENVOLVIMENTO

Psicologia

Considerar os estudos baseados no comportamento humano como peça fundamental para a Psicologia, sem dúvidas é desenvolver uma visão empírica aos conceitos embasados, visto que iniciaram seu desenvolvimento, no qual estudamos até nos dias de hoje. O surgimento da Psicologia deu-se mediante a um conjunto de pensamentos que tinham como foco de preocupação o ser humano, sendo os caminhos percorridos desse conhecimento atrelados ao campo da Filosofia, algum tempo depois também traçados pela Fisiologia, Neuroanatomia e Neurofisiologia. (BOCK; TEIXEIRA; FURTADO, 2019).

De acordo com Teles (2017) a Psicologia é uma ciência que busca compreender o homem e seu comportamento, possibilitando facilitar a convivência com o próximo e consigo mesmo.

“Mas podemos dizer que o que identifica a Psicologia como ciência moderna é o estudo da subjetividade.” (BOCK; TEIXEIRA; FURTADO, 2019).

Publicado pela Associação Americana de Psiquiatria (APA), o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) é o dispositivo oficial de traçar os diagnósticos psiquiátricos nos Estados Unidos, sendo utilizado em grande escala no mundo e, tendo assim, grande influência sobre a Classificação Internacional de Transtornos Mentais da Organização Mundial de Saúde (OMS). Além de ser usado por profissionais da área clínica, o DSM visa a ser incorporado globalmente em outras áreas de atuação, tais como a jurídica, escolar e organizacional. (RESENDE; PONTES; CALAZANS, 2015).

Transtornos de Ansiedade e seus sintomas.

Segundo o DSM-5 (2014) os transtornos de ansiedade envolvem transtornos que se identificam características de medo, perturbações e ansiedade excessivos, em que o medo consiste uma resposta emocional a um

perigo imediato real e a ansiedade é uma resposta emocional em antecipação de ameaça futura.

Para Leahy (2014, *apud* LENHARDTK; CALVETTI, 2017) a ansiedade, possivelmente, é reconhecida de modo patológico quando é extremamente desproporcional de acordo com o estímulo, desenvolvendo o sofrimento emocional excessivo e afetando de maneira negativa a funcionalidade diária da pessoa e sua qualidade de vida.

Portanto, durante as últimas décadas, foram realizadas pesquisas clínicas sobre os quadros de ansiedade patológica conceberam o termo mais antigo, “neurose de ansiedade”, advindo do paradigma psicanalítico como heurísticamente limitado. A maioria das teorias e da pesquisa sobre ansiedade atual reconhece os inúmeros subtipos específicos de ansiedade que se agrupam sob a rubrica “transtornos de ansiedade”. (CLARK; BECK, 2012 *apud* SILVA, 2019, p. 15).

Segundo a OMS - Organização Mundial da Saúde (2019) estudos apontam que o Brasil possui o maior índice de pessoas com ansiedade relacionada a outros países. Sendo 3,6% o público masculino, em comparação ao público feminino esse valor praticamente dobra, tornando o público feminino o mais afetado.

Podem existir variações das manifestações do transtorno ao longo da vida, incluindo os possíveis sintomas de tensão motora, tremores, tonturas, sudorese, calafrios, ondas de calor, falta de ar, dificuldades de concentração e irritabilidade. (LOPES; SANTOS, 2018).

Para Moura *et al.* (2018) os sintomas de transtorno de ansiedade podem ser classificados em somáticos, somáticos atrasados e motores. Os somáticos estão relacionados a reações físicas como tensões musculares, boca seca, aumento da pressão sanguínea, etc. Os somáticos atrasados podem resultar de uma tensão se manifestando em cólicas intestinais, dores de cabeça, fraqueza muscular, entre outros. Os motores estão ligados à inquietação, tamborilar os dedos e dores musculares.

Prejuízo Funcional

De acordo com Dugas e Laudorcer (2007, *apud* SILVA, 2019) pessoas adultas com transtorno de ansiedade tendem a se preocupar pelo contexto de rotina diária, bem como, temas econômicos, saúde familiar, possíveis

responsabilidades profissionais, entre outros. Já as crianças, tem grande probabilidade de se preocuparem com seu rendimento ou qualidade de suas atividades e atuações.

As situações que originam a ansiedade e preocupação não se limitam nas que são próprias de outros transtornos, como o temor em sofrer crises de angústia, o medo de ficar mal em público (fobia social) a contrair uma doença (Transtorno Obsessivo-Compulsivo), a estar longe de casa ou das pessoas queridas (Transtorno de Ansiedade por Separação), em engordar (Anorexia Nervosa), em ter múltiplos sintomas físicos (Transtorno de Somatização) ou a padecer de uma grave doença (Hipocondria) e a ansiedade e preocupação não aparecem unicamente no transcorrer de um evento por estresse pós-traumático. (NARDI; SCHINOHARA, 2004 *apud* SILVA, 2019, p. 29).

Segundo Assis e Porfírio (2021) a ansiedade em excesso pode surtir efeito ao nosso sistema imunológico aumentando a produção de hormônios e inibindo as funções de defesas do corpo, resultando na diminuição da imunidade no organismo.

A ansiedade na visão da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC)

Moura *et al.* (2018) afirma que a TCC é uma terapia com o foco direto no problema, realizada a curto prazo onde a função cognitiva é essencial no período de acompanhamento terapêutico obtendo as cognições associadas às reações emocionais.

Durante o processo de tratamento, a TCC busca organizar a perturbação no pensamento que está por trás dos transtornos, identificando e trabalhando três níveis de cognições, são eles: pensamentos automáticos (PAs); pressupostos subjacentes e crenças nucleares ou centrais. (MOURA, *et al* 2018, p. 431).

Para Clark e Beck (2012) a ansiedade é um estado emocional que na maioria das vezes, é desencadeado por um medo inicial. “Ela é um estado de apreensão e de excitação física em que você acredita que não pode controlar ou prever eventos futuros potencialmente aversivos”. (CLARK; BECK, 2012).

CONCLUSÃO

Por meio desta pesquisa, podemos viabilizar que a emoção está totalmente relacionada com as nossas reações físicas, de modo que se revela, na maioria das vezes, em sintomas advindos de questões psicológicas. A medida que as estatísticas apontam aumento da ansiedade como o mal do século, identifica-se um momento de observar a raiz dos problemas. Para isso,

a Psicologia, por meio de suas bases e teorias, apresenta conhecimentos e recursos que promovem a possibilidade de lidar ou até mesmo reverter este quadro, de acordo com o que é proposto. Por este motivo, devemos ter um olhar mais atento aos sintomas manifestos no dia a dia, visto que, a ansiedade por meio de uma preocupação excessiva com o futuro, resulta em consequências para o contexto de rotina de um indivíduo.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRY ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**: 2014. DSM-5 [recurso eletrônico]. (5a ed.; M. I. C. Nascimento, Trad.). Porto Alegre, RS: Artmed.
- ASSIS, A. E. S.; PORFÍRIO, M. L. **Efeitos da ansiedade sobre o sistema imunológico**: uma revisão. 2021.
- BOCK, A. M. B.; TEIXEIRA, M. DE L. T.; FURTADO, O. **Psicologia**. Saraiva Educação SA, 2019.
- CLARK, D. A.; BECK, A. T. **Vencendo a ansiedade e a preocupação com a terapia cognitivo-comportamental** : manual do paciente [recurso eletrônico] / tradução: Daniel Bueno revisão técnica: Elisabeth Meyer. – Porto Alegre. Artmed, 2012.
- LENHARDT, G.; CALVETTI, P. Ü. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. **Aletheia**, v. 50, n. 1 e 2, 2017.
- RESENDE, M. S.; PONTES, S.; CALAZANS, R. O DSM-5 e suas implicações no processo de medicalização da existência. **Psicol. rev. (Belo Horizonte)**. Belo Horizonte, v. 21, n. 3, p. 534-546, set. 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682015000300008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 30 jun. 2022.
- LOPES, K. C. S. P.; SANTOS W. L. Transtorno de ansiedade. **Rev. Inic. Cient. Ext.**, v. 1, n. 1, p. 45-50, 2018.
- MOURA, I. M. *et al.* **A terapia cognitivo-comportamental no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada**. 2018.
- SILVA, J. S. B. **Prejuízos Funcionais Que Afetam Pessoas Com Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG)** [recurso eletrônico] / Jéssyca Soraya de Brito Silva - João Pessoa, 2019. 51f
- TELES, M. L. S. **O que é Psicologia**. Brasiliense, 2017.