

AMPLIANDO O CONHECIMENTO SOBRE O TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA

Cristhiane Luiza Furquim do Nascimento¹, Fernanda Carolina Alves Morgado² e Monice Kattar Giovanni³ e Manuel Morgado Resende⁴

¹Universidade de Taubaté/Psicologia, Rua Gino Bondi, n.º 653, Independência, Taubaté-SP, cristhiane_Luiza@hotmail.com

²Universidade de Taubaté/Psicologia, Rua Padre Fischer, n.º 636, Vila São Geraldo, Taubaté-SP, fer_psico@hotmail.com

³Universidade de Taubaté/Psicologia, Rua Pres. Getúlio Vargas, n.º 323, Jd. Eulália, Taubaté-SP, monicekg@hotmail.com

⁴Universidade de Taubaté/Psicologia, Rua Fênix Guisard, n.º 520, Cataguá, Taubaté-SP, manuel.resende@metodista.br

Resumo - Este estudo teve o objetivo de aprofundar os conceitos de Transtorno de Ansiedade Generalizada, caracterizado por uma preocupação ou ansiedade excessivas, com motivos injustificáveis ou desproporcionais, com duração de mais de seis meses; geralmente crônico e duradouro. Além de sua definição o artigo engloba: características, manifestação, grau de incidência, diagnóstico, diagnóstico diferencial e tratamento. O trabalho é de natureza bibliográfica baseando-se no DSM IV, em autores clássicos e autores pós-modernos, assim como em uma entrevista realizada com uma profissional da área de Psicologia. Este traz como contribuição um conhecimento específico para diminuir a confusão com outros distúrbios, contribuindo para uma melhor qualidade de vida dos portadores desta ansiedade. Além de ser um veículo de desmistificação, possibilitando um conhecimento mais profundo do transtorno e, a plena aceitação de um tratamento adequado, beneficiando os portadores do transtorno, assim como todos os envolvidos, uma vez que o transtorno de ansiedade generalizada traz sofrimento e conseqüências para todo o âmbito social.

Palavras Chave: transtorno, ansiedade, preocupação.

Área do Conhecimento: VII Ciências humanas

Introdução

A ansiedade pode ser dividida em normal ou patológica. Quando o individuo possui algum tipo de ansiedade patológica pode ter a sua ação restringida no meio social. Desta forma o maior conhecimento do transtorno de ansiedade generalizada é um veículo de desmistificação que possibilita um conhecimento mais profundo do mesmo e, a plena aceitação de um tratamento adequado, beneficiando os portadores do transtorno, assim como todos os envolvidos, uma vez que o transtorno de ansiedade generalizada traz sofrimento e conseqüências para todo o âmbito social.

O objetivo deste estudo foi aprofundar os conceitos de Transtorno de Ansiedade Generalizada, caracterizado por uma preocupação ou ansiedade excessivas, com motivos injustificáveis ou desproporcionais, com duração de mais de seis meses; geralmente crônico e duradouro.

Materiais e Método

A pesquisa, de natureza bibliográfica, foi baseada no DSM IV, em autores clássicos e autores pós-modernos, com consultas diretas a livros e meios eletrônicos. Além disso, foi realizada uma entrevista com uma profissional da área de Psicologia que dirige o Programa de Saúde Mental localizado na cidade de Taubaté, São Paulo.

Resultados

O transtorno de ansiedade generalizada é uma preocupação ou ansiedade excessiva com motivos injustificáveis ou desproporcionais ao nível de ansiedade observada. Pessoas que sofrem dessa ansiedade estão freqüentemente temerosas do futuro, aguardam pelo pior a todo o momento, por exemplo, qualquer pequeno atraso, um telefonema fora de hora, um telegrama são vistos como a notícia de uma tragédia ocorrida com uma pessoa querida. Este estado de ansiedade perturba a visão que a pessoa tem a respeito de si mesma e a respeito do que acontece no ambiente.

Essa preocupação excessiva e incontrolável deve ocorrer durante pelo menos seis meses para que se possa diagnosticar o transtorno

de ansiedade generalizada. Esse transtorno costuma ser crônico, duradouro com pequenos períodos de remissão dos sintomas e geralmente leva o paciente a sofrer com o estado de ansiedade elevado durante anos. Pode vir a ceder espontaneamente em alguns casos e não há meios de se prever quando isso acontecerá.

Os sintomas podem variar e mudar ao longo do tempo, o que faz com que a pessoa se sinta bem em algumas ocasiões e mal noutras. A preocupação com a possibilidade de vir a adoecer com algo grave ou sofrer um acidente, embora não existam indicativos de que essas coisas possam vir a acontecer, é o foco mais comum das preocupações das pessoas com ansiedade generalizada. Algumas pessoas temem mais que os entes queridos sofram algum desses males, como os pais, ou filhos. Estes indivíduos estão sempre imaginando situações como essas e freqüentemente se consideram incapazes de lidar com elas caso realmente venham a acontecer.

Respeitadas essas condições alguns dos sintomas de ansiedade generalizada podem ser emocionais, mentais e físicos. Os sintomas emocionais e mentais se resumem em dificuldade para relaxar ou a sensação de que está a ponto de estourar, está no limite do nervosismo, preocupação e tensão crônicas e exageradas, irritabilidade, dificuldade de concentração e freqüentes esquecimentos, dificuldade de engolir ou sensação de um bolo na garganta, assustar-se com facilidade e de forma mais intensa e sensação de "cabeça leve".

E os sintomas físicos se resumem em se cansar com facilidade, fadiga, tensão muscular, cefaléias, dificuldade para adormecer ou sono insatisfatório, boca seca, mãos ou pés úmidos, enjôos ou diarreia, aumento da freqüência urinária, sudorese excessiva, tremores, coração acelerado, tonturas, desconforto abdominal, respiração acelerada, palpitações (sensação de que o coração falhou uma batida) e micção freqüente.

Percebeu-se que este transtorno pode surgir em qualquer fase da vida, durante a infância, durante a fase adulta ou ainda durante a terceira idade. Em cada fase o transtorno aparece de maneira característica e geralmente está presente no indivíduo junto a outros transtornos mais graves.

Nas crianças as características e os sintomas são semelhantes ao adulto com esse transtorno. Estão constantemente tensas e dão a impressão de que qualquer coisa pode deixá-las apreensiva. Estão sempre preocupadas com o julgamento dos outros em relação ao seu próprio desempenho e precisam que estejam constantemente reforçando a confiança nelas.

Em relação aos adultos foi realizada uma associação do transtorno de pânico em adulto com transtorno de ansiedade na infância, onde observou-se que indivíduos com ansiedade de separação na infância podem desenvolver ataques de pânico na vida adulta quando confrontados com situações de perdas ou separações.

Nos idosos o transtorno de ansiedade generalizada está associado a uma maior freqüência de diagnóstico de episódio depressivo. Associa-se, também, à menor satisfação com a vida e aos piores padrões de qualidade de vida. Além da saúde geral, mental e dos aspectos físicos, percebe-se também um pior escore no campo da vitalidade e dos aspectos sociais.

Outra relação realizada foi do transtorno mencionado com a úlcera péptica. Esta relação ainda está sendo avaliada por diversos pesquisadores, mas tem-se a certeza de que há uma relação, entretanto não se sabe qual variável aparece primeiro, se é o transtorno que provoca a úlcera péptica ou a úlcera que provoca o transtorno. É possível ainda que ansiedade persistente e severa e, agentes infecciosos, possam contribuir para o desenvolvimento de úlceras pépticas. Esse cenário é justificado por descobertas laboratoriais que o estresse, associado ao distúrbio de ansiedade generalizada, pode afetar a resposta do sistema imunológico, dando maior possibilidade de ação ao *Helicobacter pylori*.

O tratamento do transtorno de ansiedade generalizada deve ser feito com psicoterapia e se necessário farmacoterapia, possibilitando manter o indivíduo em um estado equilibrado de ansiedade.

Discussão

Foi possível observar que o Transtorno de Ansiedade Generalizada é pouco conhecido pela população em geral, pois costuma ser confundido com sintomas de outros transtornos, até porque este vem acompanhado de outros transtornos mais graves. A visão do senso comum a respeito deste transtorno é de ter um problema de "nervoso".

Com relação ao tratamento é muito importante que a pessoa procure assistência médica e psicoterapêutica para que possibilite tratá-lo desde sua etiologia. Deste modo, é possível controlar e amenizar o nível de ansiedade.

Enfim, foi possível observar que o TAG não tem uma predominância de idade, ou seja, ele pode ocorrer em todas as idades, seja na infância, adolescência, idade adulta ou velhice.

Conclusão

Este trabalho traz como contribuição um conhecimento específico que vai além do senso comum, que deturpa este transtorno confundindo-o

com outros distúrbios, impossibilitando o tratamento adequado. Propor-se organizar e sistematizar os conceitos de transtorno de ansiedade generalizada, assim como, indicar tratamentos adequados, que trarão, posteriormente, benefícios para os portadores e todos os envolvidos, uma vez que este transtorno traz sofrimento para todo o âmbito social. Portanto é importante que o profissional esteja atento aos sintomas que muitas vezes passam despercebidos ou são diagnosticados de forma distorcida.

Referências Bibliográficas

[5] ANDREATINI, Roberto, BOERNGEN-LACERDA, Roseli; ZORZETTO, Dirceu Filho. **Tratamento farmacológico do transtorno de ansiedade generalizada: perspectivas futuras.** Rev. Bras. Psiquiatr. Dec 2001, vol.23, no.4, p.233-242. Available from World Wide Web: Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462001000400011&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 27 jun 2003.

[5] AZEVEDO, F. no Rio de Janeiro: Banco de Dados. Disponível em: <http://www.psicosite.com.br/tra/ans/ansgeneralizada.htm>. Acesso em: 18 abr.2003.

[5] AZAVEDO, Fátima. Transtornos de Ansiedade Generalizada na Infância. **Psicosite.** Disponível em: http://www.psicosite.com.br/tra/inf/ansgen_i.htm Última atualização: 30-06-2003. Acesso em: 27 jun 2003.

[5] BALLONE, G. J. em São Paulo: Banco de Dados. Disponível em: <http://www.psigweb.med.br/cid/cid10.html> Acesso em: 02 mai.2003.

[5] BERERRA, J. B. G. Orientação para uma vida saudável. **Lincx.** Disponível em: http://www.lincx.com.br/lincx/orientacao/vida_saudavel/transtorno_ansiedade.html Acesso em: 27 jun 2003.

[1] DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais.** Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.

[1] DSM-IV-TRtm. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais.** Trad.:

Cláudio Domelles; 4.ed..rev. – Porto Alegre: Artmed, 2002.

[1] KAPLAN, H. I.; SADOCK, B. **J.Compêndio de Psiquiatria: Ciências Comportamentais – Psicologia Clínica.** Trad.: Dayse Batista. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1993.

[5] KICHLER, A. C. Ansiedade Generalizada. **Cemp.** Disponível em: <http://www.cemp.com.br/generali.htm>

[5] LONGO, Bruna. A relação do distúrbio de ansiedade generalizada e úlcera péptica. **Psychosomatic Medicine.** 25/11/02 Disponível em: <http://www.emedix.com.br/not2002/02nov25psm-gad-ulcera.shtml> Acesso em: 27 jun 2003.

[5] MANFRO, Gisele Gus, ISOLAN, Luciano, BLAYA, Carolina et al. **Estudo retrospectivo da associação entre transtorno de pânico em adultos e transtorno de ansiedade na infância.** Rev. Bras. Psiquiatr. Mar 2002, vol.24, no.1, p.26-29. Available from World Wide Web: Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462002000100008&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 27 jun 2003.

[5] MAROT, R. Transtorno de Ansiedade Generalizada. **Psicosite.** Disponível em: <http://www.psicosite.com.br/tra/ans/ansgeneralizada.htm> Acesso em: 27 jun 2003.

[5] NUNES, Melissa Tonelli. Ansiedade Generalizada. **Alerta Médico.** Disponível em: http://www.alertamedico.com.br/mat2/sd20030205_04.shtml Acesso em: 27 jun 2003.

[5] PEREGRINO, Giselly. Ansiedade Generalizada. In: **Isso Passa.** Disponível em: <http://www.adepressao.hpg.ig.com.br/ansiedade.htm> Acesso em: 27 jun 2003.

[2] PIÉRO, H. **Dicionário de Psicologia.** 1. ed. Porto Alegre: Globo, 1969.

[5] XAVIER, Flávio MF, FERRAZ, Marcos PT, TRENTI, Clarissa M et al. **Transtorno de ansiedade generalizada em idosos com oitenta anos ou mais.** Rev. Saúde Pública. June 2001, vol.35, no.3 [cited 27 June 2003], p.294-302. Available from World Wide Web: Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-

[89102001000300013&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102001000300013&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 27 jun 2003.