

TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

A ansiedade é uma resposta emocional natural, mas quando excessiva ou persistente, pode indicar um transtorno de ansiedade, conforme classificado no DSM-V. Os principais transtornos incluem:

1. **Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG):** Caracteriza-se por preocupação excessiva e difícil de controlar sobre diversos aspectos da vida. Sintomas incluem inquietação, fadiga, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular e perturbações do sono. A prevalência é de cerca de 3-5% na população geral.
2. **Transtorno de Pânico:** Envolve ataques de pânico repentinos, com sintomas como palpitações, sudorese, tremores, sensação de asfixia, medo de perder o controle ou morrer. A prevalência é de aproximadamente 2-3%.
3. **Fobia Específica:** Medo intenso e irracional de objetos ou situações específicas (ex.: alturas, animais). Sintomas incluem ansiedade imediata ao enfrentar o estímulo e evitação. Afeta cerca de 7-9% da população.
4. **Transtorno de Ansiedade Social:** Medo significativo em situações sociais por receio de passar por constrangimento e avaliação negativa por outras pessoas. Sintomas podem incluir boca seca, rubor, náusea e dificuldade de falar. A prevalência é de 5-7%.
5. **Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC):** Marcado por obsessões (pensamentos intrusivos) e compulsões (comportamentos repetitivos). Sintomas incluem lavagens excessivas, checagens ou rituais mentais. A prevalência é de 1-2%.
6. **Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT):** Desenvolve-se após exposição a trauma, com flashbacks, pesadelos e hipervigilância relativas a estímulos considerados antigênicos. Afeta cerca de 3-4% da população.

TRATAMENTOS QUE FUNCIONAM

Os principais tratamentos baseados em evidências para transtornos de ansiedade, conforme reconhecidos por estudos clínicos e diretrizes de saúde, incluem:

1. **Terapia Cognitivo-Comportamental:** Considerada o padrão-ouro, a TCC ajuda a identificar e modificar pensamentos e comportamentos disfuncionais. Eficaz para TAG, transtorno de pânico, fobias, ansiedade social e TOC, com taxas de sucesso de 50-70% em redução de sintoma.
2. **Medicamentos:**
 - **Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS):** Como Sertralina, Fluoxetina e escitalopram, indicados para TAG, transtorno de pânico, ansiedade social e TOC, com eficácia em 40-60% dos casos.
 - **Benzodiazepínicos:** Usados em curto prazo (ex.: alprazolam) para pânico ou ansiedade aguda, devido ao risco de dependência.
 - **Inibidores da Recaptação de Serotonina e Noradrenalina (IRSN):** Como venlafaxina, eficaz em TAG e TEPT.

AValiação Neuropsicológica nos Transtornos de Ansiedade

A avaliação neuropsicológica pode contribuir significativamente para o manejo dos transtornos de ansiedade ao identificar déficits cognitivos e emocionais associados. Ela utiliza testes padronizados para avaliar funções como memória, atenção, resolução de problemas e regulação emocional, que podem estar comprometidas em casos de TAG, TEPT ou TOC. Essa avaliação ajuda a:

- **Diagnosticar com precisão:** Diferencia transtornos de ansiedade de outras condições (ex.: depressão ou demência).
- **Personalizar tratamentos:** Identifica pontos fracos (ex.: dificuldade de concentração no TAG) para ajustar TCC ou medicação.
- **Monitorar progressos:** Avalia melhorias cognitivas ao longo do tratamento.
- **Planejar reabilitação:** Orienta estratégias compensatórias para déficits específicos.

Michel Barros

NEUROPSICOLOGIA