

Revista Brasileira de Saúde

ISSN 3085-8089

vol. 1, n. 11, 2025

... ARTIGO 3

Data de Aceite: 24/11/2025

TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA

Marina Parzewski Moreti

Samira Puzziello Abduny Jaruche

Micaella Saraiva Andriola

Tamires Oliveira Severino

Natália Pandolfi Marinho

Maria Fernanda Guimarães cordes

Odilon Scatolin Neto



Todo o conteúdo desta revista está licenciado sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

Resumo: O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é uma das condições psiquiátricas mais prevalentes, caracterizada por preocupação excessiva e persistente, de difícil controle, associada a sintomas físicos e cognitivos. Este trabalho tem como objetivo revisar sistematicamente a literatura científica sobre a fisiopatologia, diagnóstico e tratamento do TAG, destacando as abordagens psicoterápicas e farmacológicas mais recentes. Foram pesquisadas as bases PubMed, SciELO e LILACS entre 2015 e 2025. Constatou-se que a terapia cognitivo-comportamental (TCC) e os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS) continuam sendo as principais opções terapêuticas. Avanços recentes incluem terapias digitais e moduladores de glutamato, que apresentam resultados promissores em casos refratários.

Palavras-chave: ansiedade; TAG; psicoterapia; farmacoterapia; revisão sistemática.

INTRODUÇÃO

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é um transtorno crônico caracterizado por preocupação intensa, persistente e desproporcional aos estímulos reais. A prevalência global varia entre 3% e 7%, afetando mais mulheres e indivíduos em idade produtiva. O TAG representa um desafio diagnóstico e terapêutico, frequentemente coexistindo com depressão e outros transtornos ansiosos, o que reforça a importância de estratégias terapêuticas multimodais e personalizadas.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática baseada nas diretrizes PRISMA. As bases

PubMed, SciELO e LILACS foram consultadas entre 2015 e 2025, utilizando os descritores “generalized anxiety disorder”, “treatment”, “psychotherapy”, “pharmacotherapy” e “neurobiology”.

Foram incluídos artigos originais, revisões e ensaios clínicos que abordassem fisiopatologia, diagnóstico ou tratamento do TAG em adultos. Excluíram-se revisões narrativas, estudos em animais e artigos anteriores a 2015.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Fisiopatologia

O TAG decorre de uma disfunção nos circuitos corticolímbicos, com hiperatividade da amígdala e hipoatividade do córtex pré-frontal medial, responsáveis pelo controle emocional e pela resposta de medo.

Os neurotransmissores mais implicados são serotonina (5-HT), GABA, noradrenalina e glutamato, além de alterações no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HHA).

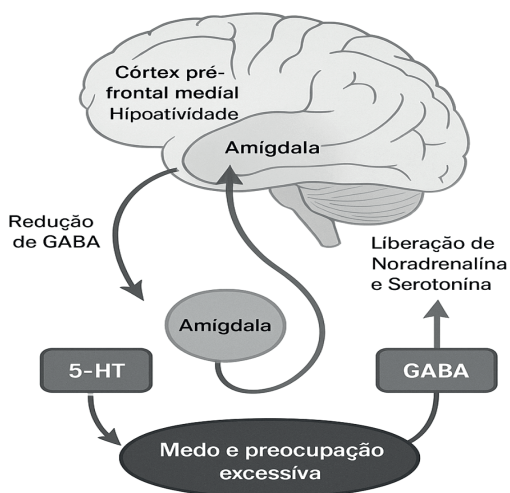


Figura 1 – Mecanismo neurobiológico do Transtorno de Ansiedade Generalizada (Neurobiological mechanism of Generalized Anxiety Disorder)

Esquema representando a hiperatividade da amígdala, hipoatividade do córtex pré-frontal e desequilíbrio nos níveis de serotonina, GABA e noradrenalina, resultando em resposta ansiosa exagerada. Fonte: elaboração própria (2025).

Diagnóstico

O diagnóstico é clínico, baseado no DSM-5, que exige preocupação e ansiedade excessivas por no mínimo seis meses. Ferramentas como o GAD-7, HAM-A e BAI auxiliam na avaliação da gravidade e resposta terapêutica.

Instrumento	Descrição	Aplicação clínica
DSM-5	Ansiedade e preocupações excessivas por maior ou igual a 6 meses	Diagnóstico formal
GAD-7	Escala de 7 itens (0-21 pontos)	Triagem e acompanhamento
HAM-A	Avalia sintomas psíquicos e somáticos	Monitoramento terapêutico
BAI	Mede intensidade de sintomas físicos	Apoio diagnóstico

Tabela 1 – Principais critérios e escalas de avaliação do TAG (Main diagnostic criteria and assessment tools for GAD)

Fonte: Adaptada de APA (2013); Spitzer et al (2006); Hamilton (1959).

Tratamento

O manejo do TAG é multimodal, envolvendo psicoterapia cognitivo-comportamental (TCC) e farmacoterapia com ISRS ou ISRN como primeira linha.

Os benzodiazepínicos são indicados apenas a curto prazo, devido ao risco de dependência.

A buspirona, pregabalina e antipsicóticos atípicos são opções de segunda linha.

Pesquisas recentes destacam o papel de moduladores do glutamato (como ketamina) e terapias neuromodulatórias (estimulação magnética transcraniana) como abordagens emergentes.

Escalonamento terapêutico do Transtorno de Ansiedade Generalizada



Figura 2 – Escalonamento terapêutico do TAG (Stepped therapeutic approach for GAD)

Fonte: elaboração própria (2025).

Psicoterapia

A TCC é o tratamento psicoterápico mais eficaz, focando em reestruturação cognitiva e redução de comportamentos de evitação.

Terapias complementares, como mindfulness, ACT e terapia metacognitiva, apresentam eficácia adicional, especialmente em conjunto com a farmacoterapia.

Abordagens farmacológicas emergentes

Estudos recentes investigam moduladores glutamatérgicos (como esketamina) e anti-inflamatórios neurais em casos resistentes.

Intervenções de neuromodulação, como estimulação magnética transcraniana (EMTr) e estimulação transcraniana por corrente contínua (tDCS), demonstram resultados promissores e boa tolerabilidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O TAG é uma condição multifatorial e recorrente que demanda estratégias integradas de tratamento.

A TCC e os ISRS/ISRN permanecem como pilares terapêuticos, enquanto novas abordagens neurobiológicas e digitais ampliam o arsenal terapêutico.

Futuras pesquisas devem priorizar tratamentos personalizados e acessíveis, visando melhor qualidade de vida aos pacientes.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). 5. ed. Arlington: APA, 2013.

BALDA, A. C. et al. Cognitive behavioral therapy for generalized anxiety: meta-analysis of digital interventions. *Frontiers in Psychiatry*, v. 14, 2023.

BANDLOW, K. A. et al. Neurobiology of generalized anxiety disorder. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, v. 47, n. 4, p. 321-334, 2022.

HAMILTON, M. The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, v. 32, p. 50-55, 1959.

NATIONAL INSTITUTE FOR HEALTH AND CARE EXCELLENCE (NICE). Generalised Anxiety Disorder and Panic Disorder in Adults: Management. London, 2020.

SPITZER, R. L. et al. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, v. 166, n. 10, p. 1092-1097, 2006.