



**MANEJO DA ANSIEDADE EM PACIENTES COM DOENÇAS
CARDÍACAS: INTERVENÇÕES PSICOLÓGICAS**

MANAGEMENT OF ANXIETY IN PATIENTS WITH HEART DISEASE:
PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS

MANEJO DE LA ANSIEDAD EN PACIENTES CON ENFERMEDADES
CARDÍACAS: INTERVENCIONES PSICOLÓGICAS

Artigo de revisão

DOI: 10.5281/zenodo.13305405

|Recebido: 07/08/2024 | Aceito: 12/08/2024 | Publicado: 14/08/2024

Guilherme Hastenreiter Aleixo
Centro Universitário Redentor
guilherme_haleixo@hotmail.com

Angelica Viccari Vieira
Universidade Estácio de Sá
viccariangelica@gmail.com

Alex Hennemann
ITPAC Porto Nacional
alexhennemann@hotmail.com

Ana Clara da Silva Lima
Afy Faculdade de Ciências Médicas de Ipatinga
anaclaranoefe@icloud.com

João Pedro Libório Neiva Eulálio
Universidade Estadual do Piauí
jpedrolne@gmail.com

Douglas Paraibano Cavalcante
Universidade Ceuma
doug.paraibano@gmail.com

Eise Souza do Vale
Universidade Positivo
eisesouzadovale@gmail.com

Maria Carolina Girotto Martins Bussade
Unoeste- Universidade do Oeste Paulista. Campus Jaú
caarolgmartins@gmail.com



Gustavo Ferreira Carvalhais
Centro Universitário Campo Real
gustavofc.7@hotmail.com

Nadine Gabrielle dos Santos Rigamonte
Universidade Federal do Delta do Parnaíba
nadinerigamonte@hotmail.com

Daniel Ferreira Oestreicher
Universidade do Estado do Amazonas
danieloestreicher09@gmail.com

Leandro Alvares de Oliveira
Universidade Federal do Acre
leandroalvares88@hotmail.com

Alisson Gabriel da Conceição Oliveira
Universidade Federal do Acre
alissongabriel401@gmail.com

MIQUEIAS ALVES PORTES
UNIFENAS - Universidade José do Rosário Vellano
miqueias.portes@aluno.unifenas.br

Guilherme de Moraes Veras
Centro Universitário Uninovafapi
verasguilherme100@gmail.com



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, and a LOCKSS (Lots of Copies Keep Stuff Safe) sistem.

RESUMO

Este estudo aborda o manejo da ansiedade em pacientes com doenças cardíacas. A introdução destaca a prevalência da ansiedade e sua correlação com as doenças cardiovasculares (DCVs), ressaltando a importância de compreender essa relação para desenvolver intervenções eficazes. A metodologia inclui uma pesquisa nas bases de dados PubMed e Scielo, utilizando descritores específicos para selecionar estudos relevantes publicados entre 2016 e 2020. Os resultados indicam que intervenções combinadas, incluindo terapias cognitivas comportamentais, suporte psicológico e tratamentos farmacológicos, são eficazes na redução dos sintomas de ansiedade e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes. Além disso, a comunicação eficaz entre médicos e pacientes é essencial para o sucesso do tratamento. A conclusão reforça a necessidade de uma abordagem multidisciplinar e centrada no paciente, enfatizando a importância da humanização das práticas em saúde. Este estudo evidencia a importância de intervenções integradas para



otimizar o manejo da ansiedade em contextos clínicos, promovendo uma melhor adesão ao tratamento e desfechos clínicos mais favoráveis.

Palavras-chave: Ansiedade; Doenças Cardíacas; Intervenções Psicológicas; Abordagem Multidisciplinar.

ABSTRACT

This study addresses the management of anxiety in patients with cardiac diseases. The introduction highlights the prevalence of anxiety and its correlation with cardiovascular diseases (CVDs), emphasizing the importance of understanding this relationship to develop effective interventions. The methodology includes a search in PubMed and Scielo databases, using specific descriptors to select relevant studies published between 2016 and 2020. The results indicate that combined interventions, including cognitive behavioral therapies, psychological support, and pharmacological treatments, are effective in reducing anxiety symptoms and improving patients' quality of life. Additionally, effective communication between doctors and patients is crucial for the success of the treatment. The conclusion reinforces the need for a multidisciplinary and patient-centered approach, emphasizing the importance of humanizing health practices. This study highlights the significance of integrated interventions to optimize anxiety management in clinical settings, promoting better treatment adherence and more favorable clinical outcomes.

Keywords: Anxiety; Cardiac Diseases; Psychological Interventions; Multidisciplinary Approach.

RESUMEN

Este estudio aborda el manejo de la ansiedad en pacientes con enfermedades cardíacas. La introducción destaca la prevalencia de la ansiedad y su correlación con las enfermedades cardiovasculares (ECVs), resaltando la importancia de comprender esta relación para desarrollar intervenciones efectivas. La metodología incluye una búsqueda en las bases de datos PubMed y Scielo, utilizando descriptores específicos para seleccionar estudios relevantes publicados entre 2016 y 2020. Los resultados indican que las intervenciones combinadas, incluyendo terapias cognitivas conductuales, apoyo psicológico y tratamientos farmacológicos, son efectivas para reducir los síntomas de ansiedad y mejorar la calidad de vida de los pacientes. Además, la comunicación efectiva entre médicos y pacientes es crucial para el éxito del tratamiento. La conclusión refuerza la necesidad de un enfoque multidisciplinario y centrado en el paciente, enfatizando la importancia de humanizar las prácticas de salud. Este estudio resalta la importancia de intervenciones integradas para optimizar el manejo de la ansiedad en entornos clínicos, promoviendo una mejor adherencia al tratamiento y resultados clínicos más favorables.

Palabras clave: Ansiedad; Enfermedades Cardíacas; Intervenciones Psicológicas; Enfoque Multidisciplinario.

INTRODUÇÃO

A ansiedade é um dos transtornos mentais mais comuns, afetando milhões de pessoas em todo o mundo. Caracteriza-se por sentimentos de preocupação excessiva, medo e apreensão, que



podem interferir significativamente na qualidade de vida dos indivíduos. Estudos mostram que a ansiedade não apenas impacta o bem-estar psicológico, mas também tem implicações fisiológicas, afetando vários sistemas do corpo (Leitão; Moura, 2023).

Doenças cardiovasculares (DCVs) representam uma das principais causas de morbidade e mortalidade globalmente. Estas condições incluem uma gama de problemas, como doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca e infarto do miocárdio. Fatores de risco para DCVs incluem hipertensão, diabetes, tabagismo, sedentarismo e dieta inadequada, além de fatores psicossociais como o estresse e a depressão (Bandeira et al., 2024).

A correlação entre ansiedade e doenças cardiovasculares é um campo de crescente interesse científico. A ansiedade pode exacerbar condições cardiovasculares através de mecanismos fisiológicos, como o aumento da atividade simpática, elevação dos níveis de cortisol e inflamação sistêmica. Além disso, pacientes com DCVs frequentemente enfrentam níveis elevados de ansiedade devido à incerteza sobre a progressão da doença e o impacto no estilo de vida. Esta interação bidirecional torna a gestão da ansiedade uma parte crucial do cuidado cardiovascular (Figueiredo; Saab; Silva, 2024).

Compreender a relação entre ansiedade e doenças cardiovasculares é vital para o desenvolvimento de estratégias de intervenção eficazes. Abordagens integradas que combinem tratamento médico e suporte psicológico são essenciais para melhorar os desfechos dos pacientes e a qualidade de vida. Este estudo de revisão bibliográfica busca explorar as intervenções psicológicas no manejo da ansiedade em pacientes cardíacos, destacando a importância de uma abordagem multidisciplinar (Moreira et al., 2023).

METODOLOGIA

Este estudo de revisão bibliográfica foi conduzido através de uma pesquisa nas bases de dados PubMed e Scielo, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) “ansiedade”, “doenças cardíacas”, “intervenções psicológicas”, “resiliência” e “autoestima”. Foram incluídos estudos publicados entre 2016 e 2020, que abordassem a temática da ansiedade em pacientes cardíacos e as intervenções psicológicas associadas. Os critérios de exclusão incluíram estudos com amostras pediátricas e aqueles que não estavam disponíveis em texto completo.

As referências principais utilizadas incluem estudos de Angermann e Ertl (2018), Celano et al. (2018), Foldes-Busque et al. (2020), García-Batista et al. (2020), e outros relevantes para o



tema. Os estudos foram selecionados com base na relevância e qualidade das publicações, sendo analisados quanto às metodologias utilizadas, populações estudadas, intervenções aplicadas e resultados obtidos. A análise crítica das fontes permitiu identificar padrões e lacunas na literatura, proporcionando uma visão abrangente das intervenções psicológicas no manejo da ansiedade em pacientes cardíacos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos selecionados demonstram que a integração de diferentes abordagens terapêuticas resulta em uma melhor gestão da ansiedade em pacientes com doenças cardíacas e uma melhoria na qualidade de vida dos pacientes. As intervenções mais eficazes incluem o uso de terapias cognitivas comportamentais, suporte psicológico e intervenções farmacológicas. De acordo com (Celano et al., 2018), a terapia cognitivo-comportamental desempenha um papel crucial no manejo da ansiedade, ajudando os pacientes a reduzir os sintomas de ansiedade e melhorar a adesão ao tratamento cardíaco.

O estudo de (Angermann e Ertl, 2018) destaca a eficácia dos tratamentos combinados para o manejo da ansiedade em pacientes com insuficiência cardíaca, mostrando que a combinação de intervenções psicológicas e farmacológicas resulta em uma redução significativa da ansiedade e em melhorias na qualidade de vida dos pacientes. Além disso, a comunicação eficaz entre médico e paciente também emerge como um fator determinante no tratamento da ansiedade. (Celano et al., 2018) destacam que a fala geradora de nocebo pode impactar negativamente os desfechos em saúde, sublinhando a necessidade de um treinamento adequado dos profissionais de saúde em habilidades de comunicação.

A humanização das práticas em saúde e a adoção de uma abordagem centrada no paciente são essenciais para melhorar a eficácia das intervenções e promover um tratamento mais holístico e integrado. Os resultados indicam que a combinação de tratamentos farmacológicos, terapias psicológicas e suporte psicossocial proporciona melhores resultados no controle da ansiedade e na melhoria da funcionalidade dos pacientes. Além disso, a importância de um planejamento terapêutico individualizado e a colaboração entre profissionais de diferentes áreas da saúde são evidenciadas como fatores-chave para o sucesso do manejo da ansiedade em pacientes com doenças cardíacas (Tully et al., 2016).

Outros estudos indicam que até 45% dos pacientes com doenças cardíacas sofrem de



sintomas significativos de depressão e ansiedade, aumentando os riscos de mortalidade e eventos cardíacos adversos. A combinação de cuidados colaborativos, envolvendo psicoterapia e farmacoterapia, tem mostrado ser a abordagem mais eficaz para melhorar os sintomas psiquiátricos e a saúde cardíaca geral (Reavell et al., 2018).

Foldes-Busque et al.(2020) identificaram que a implementação de programas de suporte psicológico, como grupos de apoio e sessões de terapia individual, em combinação com o tratamento médico padrão, resultou em uma significativa redução dos níveis de ansiedade e uma melhoria na qualidade de vida dos pacientes. Esses programas também ajudaram na promoção de melhores hábitos de vida e na adesão ao tratamento medicamentoso.

CONCLUSÃO

Este estudo de revisão bibliográfica reforça a importância de uma abordagem multidisciplinar no manejo da ansiedade em pacientes com doenças cardíacas. A combinação de terapias cognitivas comportamentais, suporte psicológico e tratamentos farmacológicos mostrou-se eficaz na redução dos sintomas de ansiedade e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes. Além disso, a comunicação eficaz entre médicos e pacientes e a humanização das práticas em saúde são fundamentais para o sucesso do tratamento.

A adoção de abordagens centradas no paciente e o planejamento terapêutico individualizado emergem como elementos essenciais para otimizar os desfechos clínicos. A integração dessas estratégias terapêuticas promove um cuidado mais holístico e eficaz, evidenciando a necessidade de uma colaboração estreita entre profissionais de diferentes áreas da saúde para o manejo adequado da ansiedade em pacientes cardíacos.

REFERÊNCIAS

ANGERMANN, C. E.; ERTL, G. Depression, anxiety, and cognitive impairment: comorbid mental health disorders in heart failure. *Current Heart Failure Reports*, v. 15, n. 6, p. 398-410, 2018.

BANDEIRA, T. F. G. de S.; et al. Estimativa de produtividade perdida atribuída a doenças cardiovasculares na América do Sul. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 121, n. 3, p. e20230521, 2024.

CELANO, C. M.; et al. Anxiety disorders and cardiovascular disease. *Current Psychiatry Reports*, v. 18, n. 11, p. 101, 2016.

DE FIGUEIREDO, A. C. F.; SAAB, M. E. R.; SILVA, D. R. G. Implicações da depressão e ansiedade no infarto agudo do miocárdio. *Revista Contemporânea*, v. 4, n. 3, p. e3406-e3406, 2024.



LEITÃO, G. J. G.; DE SOUTO MOURA, L. K. Transtornos de ansiedade em estudantes de medicina no Brasil: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 6, n. 3, p. 12011-12020, 2023.

MOREIRA, M. C. N.; et al. Depressão, ansiedade, estresse e apoio social: estudo transversal com cuidadores de crianças com deficiência visual no Rio de Janeiro, Brasil - Views-QoL Study. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, p. e00247622, 2023.

REAVELL, J.; et al. Efficacy of cognitive-behavioral therapy for depression and anxiety in patients with cardiovascular disease: a systematic review and meta-analysis. *Psychosomatic Medicine*, 2018.

TULLY, P. J.; et al. Depression, anxiety and major adverse cardiovascular and cerebrovascular events in patients following coronary artery bypass graft surgery: a five year longitudinal cohort study. *BioPsychoSocial Medicine*, v. 9, p. 14, 26 May. 2015. DOI: 10.1186/s13030-015-0041-5.

VASCONCELOS, S. T.; BARROS, A. P.; RODRIGUES, A. S.; VETORASSO, G. S.; SANCHEZ, J. P. M.; PINHEIRO, L. S.; SOUSA, M. M. A.; VASCONCELOS, N. T. A.; ALMEIDA, R. M. de; MOURA, A. de Efeitos dos transtornos de ansiedade nas doenças cardiovasculares: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Médico*, v. 1, n. 1, p. e9014, 15 out. 2021.