



**RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR**  
**ISSN 2675-6218**

**ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA  
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

**MULTIDISCIPLINARY APPROACH TO GENERALIZED ANXIETY DISORDER: A LITERATURE  
REVIEW**

**ABORDAJE MULTIDISCIPLINAR DEL TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA: REVISIÓN  
BIBLIOGRÁFICA**

Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra<sup>1</sup>, Aléxia Mourão Alves Carvalhal<sup>2</sup>, Igor Inácio Aragão<sup>2</sup>, Luiz de Moura Correia Filho<sup>2</sup>, Janylla Santos Lonsdale<sup>2</sup>, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso<sup>2</sup>, Vilma Cristina Pereira Sardinha<sup>2</sup>, Geovana Alencar Freitas<sup>2</sup>

e535024

<https://doi.org/10.47820/recima21.v5i3.5024>

PUBLICADO: 03/2024

**RESUMO**

**Introdução:** O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é uma condição psiquiátrica comum, caracterizada por preocupação persistente e sintomas físicos e psicológicos. A abordagem multidisciplinar no tratamento do TAG envolve a colaboração de diversos profissionais de saúde para fornecer uma intervenção abrangente e adaptada às necessidades individuais dos pacientes. **Objetivo:** O objetivo deste artigo é analisar o papel e a eficácia da abordagem multidisciplinar no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG). **Métodos:** Foi realizada uma revisão bibliográfica utilizando bases de dados acadêmicas, buscando estudos publicados nos últimos 15 anos que investigassem abordagens multidisciplinares no tratamento do TAG. Vinte e cinco estudos preencheram os critérios de inclusão e foram incluídos na análise. **Resultados e Discussão:** A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e a farmacoterapia são destacadas como intervenções eficazes no tratamento do TAG. Além disso, terapias complementares, como *mindfulness* e yoga, são reconhecidas por seu impacto positivo nos sintomas de ansiedade. No entanto, a implementação da abordagem multidisciplinar enfrenta desafios, como escassez de profissionais treinados, falta de coordenação entre a equipe de saúde e questões de financiamento. **Conclusão:** A abordagem multidisciplinar oferece uma oportunidade única para fornecer cuidados mais completos e adaptados aos pacientes com TAG. É essencial promover a formação de profissionais de saúde, a colaboração interprofissional e a sensibilização sobre o TAG e sua abordagem terapêutica integrada para melhorar o acesso ao tratamento e promover melhores resultados clínicos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Transtorno de Ansiedade Generalizada. Abordagem Multidisciplinar. Terapia Integrativa. Tratamento Combinado.

**ABSTRACT**

**Introduction:** Generalized Anxiety Disorder (GAD) is a common psychiatric condition characterized by persistent worry and physical and psychological symptoms. The multidisciplinary approach to the treatment of GAD involves the collaboration of various health professionals to provide a comprehensive intervention tailored to the individual needs of patients. **Objective:** The aim of this article is to analyze the role and effectiveness of the multidisciplinary approach in the treatment of Generalized Anxiety Disorder (GAD). **Methods:** A literature review was carried out using academic databases, searching for studies published in the last 15 years that investigated multidisciplinary approaches in the treatment of GAD. Twenty-five studies met the inclusion criteria and were included in the analysis. **Results and Discussion:** Cognitive-behavioral therapy (CBT) and pharmacotherapy are highlighted as effective interventions in the treatment of GAD. In addition, complementary therapies such as *mindfulness* and yoga are recognized for their positive impact on anxiety symptoms. However, the implementation of the multidisciplinary approach faces challenges, such as a shortage of trained professionals, a lack of coordination between the healthcare team and funding issues. **Conclusion:** The multidisciplinary approach offers a unique opportunity to provide more comprehensive and tailored care to patients with GAD. It is essential to promote the training of health professionals, interprofessional collaboration and

<sup>1</sup> Instituto de Educação Superior do Vale do Parnaíba-IESVAP.

<sup>2</sup> Acadêmica (o) de Medicina.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalhal, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

*awareness of GAD and its integrated therapeutic approach to improve access to treatment and promote better clinical outcomes.*

**KEYWORDS:** *Generalized Anxiety Disorder. Multidisciplinary Approach. Integrative Therapy And Combined Treatment.*

### RESUMEN

*Introducción: el trastorno de ansiedad generalizada (TAG) es un trastorno psiquiátrico frecuente caracterizado por una preocupación persistente y síntomas físicos y psicológicos. El enfoque multidisciplinar para tratar el TAG implica la colaboración de varios profesionales de la salud para proporcionar una intervención integral adaptada a las necesidades individuales de los pacientes. Objetivo: El objetivo de este artículo es analizar el papel y la eficacia del enfoque multidisciplinar en el tratamiento del Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG). Métodos: Se realizó una revisión bibliográfica utilizando bases de datos académicas, buscando estudios publicados en los últimos 15 años que investigaran enfoques multidisciplinarios en el tratamiento del TAG. Veinticinco estudios cumplieron los criterios de inclusión y se incluyeron en el análisis. Resultados y Discusión: La terapia cognitivo-conductual (TCC) y la farmacoterapia se destacan como intervenciones eficaces en el tratamiento del TAG. Además, las terapias complementarias como el mindfulness y el yoga son reconocidas por su impacto positivo en los síntomas de ansiedad. Sin embargo, la aplicación del enfoque multidisciplinar se enfrenta a dificultades, como la escasez de profesionales formados, la falta de coordinación entre el equipo sanitario y problemas de financiación. Conclusión: El enfoque multidisciplinar ofrece una oportunidad única para proporcionar una atención más integral y personalizada a los pacientes con TAG. Es esencial promover la formación de los profesionales sanitarios, la colaboración interprofesional y la concienciación sobre el TAG y su enfoque terapéutico integrado para mejorar el acceso al tratamiento y promover mejores resultados clínicos.*

**PALABRAS CLAVE:** *Trastorno de Ansiedad Generalizada. Enfoque Multidisciplinar. Terapia Integrativa. Tratamiento Combinado.*

### INTRODUÇÃO

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é uma condição psiquiátrica crônica que se caracteriza pela preocupação excessiva e persistente em relação a uma variedade de eventos ou atividades, acompanhada por sintomas físicos e psicológicos significativos (American Psychiatric Association *et al.*, 2014). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o TAG é uma das formas mais comuns de transtorno de ansiedade, afetando aproximadamente 3,6% da população global em algum momento de suas vidas (OMS, 2018). Esta alta prevalência e o impacto significativo do TAG na qualidade de vida dos indivíduos destacam a necessidade de uma abordagem multidisciplinar no seu tratamento, visando uma intervenção mais eficaz e abrangente.

A abordagem multidisciplinar no tratamento do TAG envolve a colaboração de profissionais de diversas áreas, como psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionais e assistentes sociais, entre outros. Essa estratégia reconhece a complexidade do transtorno e a necessidade de uma intervenção holística, que considere não apenas os aspectos psicológicos, mas também os fatores biológicos, sociais e ambientais que contribuem para a sua manifestação e manutenção (Maron; Nutt, 2017). Um dos principais objetivos da abordagem multidisciplinar no tratamento do TAG é proporcionar uma gama diversificada de intervenções terapêuticas que possam ser adaptadas às necessidades individuais de cada paciente.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalhal, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Bogea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

Isso inclui a combinação de diferentes modalidades de tratamento, como psicoterapia cognitivo-comportamental, farmacoterapia, técnicas de relaxamento, exercícios físicos e intervenções psicossociais (Showraki; Showraki; Brown, 2020). Essa variedade de abordagens permite uma maior flexibilidade no manejo do TAG, possibilitando que os profissionais de saúde escolham as estratégias mais adequadas para cada caso específico. Além disso, a abordagem multidisciplinar no tratamento do TAG enfatiza a importância da colaboração interprofissional e da comunicação eficaz entre os membros da equipe de saúde. Isso envolve a realização de reuniões de caso, onde os profissionais podem discutir as melhores práticas, compartilhar informações e coordenar os cuidados para garantir uma assistência integrada e centrada no paciente (Behar *et al.*, 2009). Essa colaboração interprofissional não só otimiza os resultados do tratamento, mas também promove uma maior satisfação e adesão por parte dos pacientes. O objetivo deste artigo é analisar o papel e a eficácia da abordagem multidisciplinar no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG).

### MÉTODOS

Esta revisão bibliográfica foi realizada por meio de uma busca na literatura científica publicada nos últimos 15 anos, entre 2009 e 2024, utilizando as bases de dados PubMed, Web of Science, Scopus e Google Scholar. Os critérios de inclusão para a seleção dos estudos foram: (1) estudos originais e revisões publicados em periódicos científicos revisados por pares; (2) idioma inglês, português ou espanhol; (3) investigação de abordagens multidisciplinares no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG); e (4) contribuição para uma compreensão mais abrangente das implicações das abordagens multidisciplinares no manejo do TAG. Os critérios de exclusão foram aplicados para eliminar estudos que não atendiam aos objetivos específicos desta revisão. Foram excluídos estudos que não se enquadravam nos critérios de inclusão, como relatórios de caso, editoriais, comentários e estudos com foco exclusivo em outras condições médicas que não o TAG.

Os termos de pesquisa foram combinados utilizando operadores booleanos (*AND*, *OR*) para aumentar a sensibilidade da busca, incluindo palavras-chave como "Transtorno de Ansiedade Generalizada", "abordagem multidisciplinar", "terapia integrativa", "tratamento combinado". Após a busca inicial, os títulos e resumos foram avaliados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Dos estudos inicialmente identificados, a distribuição por bases de dados é a seguinte: PubMed (35 artigos), Web of Science (25 artigos), Scopus (30 artigos) e Google Scholar (30 artigos). Desses, 120 foram selecionados para leitura completa. Dos estudos completos analisados, 29 preencheram todos os critérios de inclusão e foram incluídos na amostra final.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalhal, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

TÍTULO DO ESTUDO SELECIONADO	ANO DO ESTUDO
<i>Cognitive behavioral therapy, mindfulness-based cognitive therapy and acceptance commitment therapy for anxiety disorders: integrating traditional with digital treatment approaches</i>	2020
<i>Current theoretical models of generalized anxiety disorder (GAD): Conceptual review and treatment implications</i>	2016
<i>Relative effects of cognitive and behavioral therapies on generalized anxiety disorder, social anxiety disorder and panic disorder: A meta-analysis</i>	2016
<i>Exercise for the treatment of depression and anxiety</i>	2011
<i>Psychological and pharmacological treatments for generalized anxiety disorder (GAD): a meta-analysis of randomized controlled trials</i>	2020
<i>Generalized anxiety disorder</i>	2019
<i>Pharmacological Treatment of Generalised Anxiety Disorder: Current Practice and Future Directions</i>	2023
<i>Generalised anxiety disorder and depression: contemporary treatment approaches</i>	2021
<i>The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses</i>	2014
<i>Role of atypical antipsychotics in the treatment of generalized anxiety disorder</i>	2014
<i>Randomized controlled trial of mindfulness meditation for generalized anxiety disorder: effects on anxiety and stress reactivity</i>	2013
<i>Mindfulness-based stress reduction vs escitalopram for the treatment of adults with anxiety disorders: a randomized clinical trial</i>	2013
<i>Predicting generalized anxiety disorder among women using Shapley value</i>	2021
<i>Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders: an update on the empirical evidence</i>	2015
<i>Predictors of remission from generalized anxiety disorder and major depressive disorder</i>	2017
<i>Silexan in anxiety disorders: Clinical data and pharmacological background</i>	2018
<i>Moving to beat anxiety: epidemiology and therapeutic issues with physical activity for anxiety</i>	2018
<i>Effects of mindfulness yoga vs stretching and resistance training exercises on anxiety and depression for people with Parkinson disease: a randomized clinical trial</i>	2019
<i>Disorder-specific impaired neurocognitive function in major depression and generalized anxiety disorder</i>	2022



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalhal, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

<i>Biological markers of generalized anxiety disorder</i>	2017
<i>A review of technology-assisted self-help and minimal contact therapies for anxiety and depression: is human contact necessary for therapeutic efficacy?.</i>	2011
<i>Generalized anxiety disorder</i>	2013
<i>Physical exercise in pregnancy: Benefits, risks and prescription</i>	2022
<i>Generalized anxiety disorder: revisited</i>	2020
<i>Pharmacological treatments for generalised anxiety disorder: a systematic review and network meta-analysis</i>	2019
<i>Generalized anxiety disorder: psychopharmacotherapy update on a common and commonly overlooked condition</i>	2015
<i>Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders</i>	2009
<i>Depression and anxiety disorders: benefits of exercise, yoga, and meditation</i>	2019
<i>Physical exercise in pregnancy: Benefits, risks and prescription</i>	2022

**Tabela 1:** Títulos e ano de publicação dos artigos inseridos nas análises

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

#### Efetividade da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) na Redução dos Sintomas de Ansiedade

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) se destaca como uma intervenção de destaque no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), proporcionando resultados promissores na redução dos sintomas ansiosos e na melhoria do bem-estar dos pacientes. Estudos têm consistentemente apontado a eficácia da TCC na abordagem do TAG, enfatizando sua capacidade de ajudar os indivíduos a identificar e modificar padrões de pensamento negativos e comportamentos maladaptativos associados à ansiedade (Hofmann *et al.*, 2012). Uma revisão de meta-análises conduzida por Hofmann *et al.*, (2012) reforça essa constatação, destacando os resultados positivos obtidos com a TCC na redução da ansiedade em pacientes com TAG.

A eficácia da TCC no tratamento do TAG é corroborada por evidências de melhorias duradouras e pela prevenção de recaídas a longo prazo. Esta abordagem terapêutica não apenas visa aliviar os sintomas imediatos da ansiedade, mas também promove mudanças cognitivas e comportamentais que podem levar a resultados sustentáveis ao longo do tempo (Newman *et al.*, 2011). Newman *et al.*, (2011) ressaltam que, ao ensinar aos pacientes habilidades de enfrentamento adaptativas e estratégias de resolução de problemas, a TCC pode capacitá-los a lidar com o estresse futuro de forma mais eficaz, reduzindo assim a probabilidade de recorrência dos sintomas ansiosos.

Além disso, a TCC é frequentemente recomendada como uma abordagem terapêutica de primeira linha no manejo do TAG devido à sua eficácia comprovada e à sua capacidade de produzir resultados positivos em um período relativamente curto de tempo (Kaczurkin; Foa, 2015). Esta terapia



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalho, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

pode ser adaptada para atender às necessidades individuais de cada paciente, permitindo uma intervenção personalizada que leve em consideração os fatores contextuais e as preferências do indivíduo (Apolinário-Hagen; Drüge; Fritsche, 2020). Assim, a TCC não só se destaca como uma intervenção eficaz na redução dos sintomas de ansiedade no TAG, mas também como uma ferramenta valiosa para promover a resiliência e o bem-estar emocional a longo prazo (Apolinário-Hagen; Drüge; Fritsche, 2020).

### Contribuição da Farmacoterapia no Tratamento do TAG

A farmacoterapia desempenha um papel crucial no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), oferecendo uma opção terapêutica eficaz, especialmente em casos moderados a graves. Os medicamentos mais comumente prescritos para o TAG incluem os inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS) e os inibidores da recaptção de serotonina e noradrenalina (IRSN), que demonstraram consistentemente reduzir os sintomas de ansiedade e melhorar a qualidade de vida dos pacientes (Slee *et al.*, 2019). Estudos têm apontado para a eficácia desses medicamentos, destacando sua capacidade de proporcionar alívio dos sintomas ansiosos e melhorar o funcionamento psicossocial dos indivíduos afetados pelo TAG (Carl *et al.*, 2020).

A combinação de medicamentos com intervenções psicoterapêuticas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), tem sido amplamente investigada e reconhecida como uma abordagem terapêutica eficaz no tratamento do TAG. Fagan & Baldwin (2023) destacam em sua revisão que essa combinação terapêutica pode resultar em melhores resultados do que o tratamento farmacológico isolado, oferecendo benefícios adicionais na redução dos sintomas ansiosos e na prevenção de recaídas. A integração de diferentes modalidades terapêuticas permite uma abordagem mais abrangente, abordando tanto os aspectos biológicos quanto psicossociais do TAG (Fagan; Baldwin, 2023).

No entanto, é importante reconhecer os potenciais efeitos colaterais associados aos medicamentos utilizados no tratamento do TAG e a necessidade de monitoramento regular durante o uso dessas substâncias. Efeitos colaterais como sedação, ganho de peso e disfunção sexual podem ser preocupantes para alguns pacientes e devem ser considerados ao decidir sobre a farmacoterapia (Kasper *et al.*, 2018). Além disso, a avaliação periódica da eficácia do tratamento e a adaptação das estratégias terapêuticas conforme necessário são fundamentais para garantir resultados ótimos e minimizar riscos para os pacientes com TAG.

### Importância da Abordagem Multidisciplinar no Manejo do TAG

A importância da abordagem multidisciplinar no manejo do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) reside na sua capacidade de oferecer uma intervenção abrangente que considera as diversas dimensões dessa condição complexa. Ao integrar conhecimentos e habilidades de diferentes disciplinas, como psicologia, psiquiatria, terapia ocupacional e assistência social, essa



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalhal, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

abordagem pode fornecer uma perspectiva holística que aborda não apenas os sintomas ansiosos, mas também os fatores contextuais e as necessidades individuais dos pacientes (Hershenberg; Gros; Brawman-Mintzer, 2014).

Estudos têm consistentemente demonstrado os benefícios da colaboração entre diferentes profissionais de saúde no tratamento do TAG. A combinação de abordagens terapêuticas diversas pode levar a melhores resultados clínicos, incluindo uma redução significativa nos sintomas de ansiedade e uma melhoria na qualidade de vida dos pacientes (Goodwin; Stein, 2021). Além disso, a abordagem multidisciplinar permite uma adaptação mais flexível do tratamento, levando em consideração as preferências individuais dos pacientes e promovendo uma maior adesão ao plano terapêutico (Goodwin; Stein, 2021).

É importante ressaltar que a abordagem multidisciplinar não apenas se concentra no tratamento dos sintomas agudos do TAG, mas também na prevenção de recaídas e na promoção do bem-estar a longo prazo. Ao fornecer suporte contínuo e acompanhamento regular, essa abordagem pode ajudar os pacientes a desenvolver habilidades de enfrentamento adaptativas e estratégias de autocuidado que os capacitam a lidar com o estresse e a ansiedade de forma mais eficaz (Newman *et al.*, 2011).

### Impacto das Terapias Complementares no Tratamento do TAG

O impacto das terapias complementares no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) representa uma área de crescente interesse e investigação dentro da prática clínica. Além das abordagens tradicionais, como a farmacoterapia e a psicoterapia, terapias complementares, como a meditação *mindfulness* e a yoga, têm sido cada vez mais reconhecidas como ferramentas úteis no manejo dos sintomas de ansiedade (Starcevic, 2015).

Estudos têm consistentemente demonstrado os benefícios dessas práticas complementares na redução dos sintomas de ansiedade e no aumento do bem-estar psicológico dos pacientes com TAG. Estudos evidenciaram os efeitos positivos da *mindfulness* na redução da ansiedade, destacando sua eficácia como uma intervenção complementar no tratamento do TAG (Kwok *et al.*, 2019). Além disso, outras formas de terapia complementar, como a yoga, têm sido associadas a melhorias significativas nos sintomas de ansiedade e na qualidade de vida dos pacientes (Hoge *et al.*, 2013).

A integração dessas terapias complementares na abordagem multidisciplinar do TAG pode oferecer aos pacientes uma gama mais ampla de opções terapêuticas, permitindo uma abordagem mais personalizada e adaptada às necessidades individuais de cada paciente. Além disso, essas práticas complementares podem ser especialmente úteis para pacientes que preferem abordagens não farmacológicas ou que enfrentam efeitos colaterais adversos com a farmacoterapia tradicional (HOGE *et al.*, 2023). No entanto, é importante reconhecer que as terapias complementares não devem substituir as abordagens terapêuticas convencionais, mas sim complementá-las. Portanto, a integração



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalhal, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

dessas terapias no contexto de uma abordagem multidisciplinar mais ampla pode proporcionar uma recuperação mais completa e abrangente para os pacientes com TAG (Kwok *et al.*, 2019).

### Desafios na Implementação da Abordagem Multidisciplinar no Cenário Clínico

A implementação da abordagem multidisciplinar no cenário clínico, embora reconhecida como uma estratégia eficaz no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), enfrenta uma série de desafios significativos que podem impactar sua efetividade e viabilidade prática. Um dos principais desafios é a disponibilidade limitada de profissionais de saúde treinados em diferentes disciplinas, o que pode dificultar a formação de equipes multidisciplinares completas e eficazes (Jothi *et al.*, 2021). Esse problema é especialmente relevante em contextos em que há escassez de especialistas em saúde mental, tornando difícil a criação de equipes abrangentes que abordem todas as necessidades dos pacientes com TAG.

Além da escassez de recursos humanos qualificados, questões relacionadas à coordenação e comunicação entre os membros da equipe também representam desafios significativos na implementação da abordagem multidisciplinar. A falta de integração efetiva entre os profissionais de diferentes disciplinas pode levar a lacunas na prestação de cuidados e resultar em uma experiência fragmentada para os pacientes (Patel; Fancher, 2013). A comunicação inadequada entre os membros da equipe também pode resultar em falhas na transmissão de informações importantes, comprometendo assim a qualidade e a continuidade do cuidado.

Além disso, questões relacionadas à remuneração e financiamento dos serviços multidisciplinares podem representar barreiras adicionais à implementação efetiva dessa abordagem no cenário clínico. Muitos sistemas de saúde ainda operam em modelos de pagamento que incentivam a prestação de cuidados fragmentados e focados em procedimentos, em vez de uma abordagem integrada e centrada no paciente (Luo *et al.*, 2022). Isso pode dificultar o financiamento de programas multidisciplinares e reduzir a motivação das instituições de saúde para investir nesse tipo de abordagem.

Para superar esses desafios, são necessárias estratégias que visem aprimorar a formação e capacitação de profissionais de saúde em diferentes disciplinas, promover a colaboração e comunicação eficazes entre os membros da equipe, e reformar os modelos de financiamento de saúde para incentivar a prestação de cuidados integrados e centrados no paciente (Cuijpers *et al.*, 2016). Além disso, o desenvolvimento de políticas e diretrizes que apoiem a implementação da abordagem multidisciplinar e o reconhecimento de sua importância na prestação de cuidados de saúde mental são fundamentais para superar esses desafios e promover uma abordagem mais abrangente e eficaz no manejo do TAG.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalho, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

### **Adesão ao Tratamento e Suporte Social no Manejo do TAG**

A adesão ao tratamento é um aspecto crucial no manejo eficaz do TAG. Estudos têm demonstrado que o apoio social desempenha um papel importante na adesão ao tratamento e no resultado terapêutico dos pacientes com TAG (Newman *et al.*, 2011). O suporte de amigos, familiares e grupos de apoio pode ajudar os pacientes a enfrentar os desafios do tratamento e a manter uma atitude positiva em relação à terapia. Além disso, intervenções psicossociais que visam melhorar o suporte social e fortalecer os vínculos interpessoais têm sido associadas a melhores resultados clínicos em pacientes com TAG (Fagan; Baldwin, 2023). Portanto, é essencial incorporar estratégias que promovam a adesão ao tratamento e o suporte social como parte integrante da abordagem multidisciplinar no manejo do TAG.

### **Considerações sobre Comorbidades Psiquiátricas no Tratamento do TAG**

O TAG frequentemente ocorre com outras condições psiquiátricas, como depressão, transtorno do pânico e transtorno obsessivo-compulsivo. A presença de comorbidades pode complicar o tratamento e exigir uma abordagem multidisciplinar mais abrangente (Apolinário-Hagen; Drüge; Fritsche, 2020). Estudos têm demonstrado que a identificação e o tratamento simultâneo de comorbidades psiquiátricas são essenciais para otimizar os resultados terapêuticos em pacientes com TAG (American Psychiatric Association *et al.*, 2014). Além disso, abordagens integradas que visam tratar tanto o TAG quanto suas comorbidades podem ser mais eficazes do que intervenções isoladas. Portanto, ao desenvolver planos de tratamento para pacientes com TAG, é importante considerar a presença de comorbidades psiquiátricas e integrar estratégias terapêuticas adequadas para abordar essas condições concomitantes (Demartini; Pate; Fancher, 2019).

### **Abordagem Multidisciplinar na Prevenção de Recaídas e Manutenção do Bem-Estar**

A abordagem multidisciplinar não apenas se concentra no tratamento inicial dos sintomas do TAG, mas também desempenha um papel crucial na prevenção de recaídas e na manutenção do bem-estar a longo prazo. Estudos têm demonstrado que programas de acompanhamento estruturados, que incluem monitoramento regular dos sintomas, terapia de manutenção e suporte contínuo, podem reduzir significativamente o risco de recorrência dos sintomas de ansiedade (Newman *et al.*, 2011). Além disso, intervenções que promovem habilidades de enfrentamento adaptativas e estratégias de autocuidado podem ajudar os pacientes a lidar de forma eficaz com o estresse e as situações desencadeantes, reduzindo assim a probabilidade de recaída. Portanto, a implementação de uma abordagem multidisciplinar abrangente, que enfatize tanto o tratamento inicial quanto a prevenção de recaídas, é essencial para promover resultados positivos a longo prazo no manejo do TAG (Kelly; Mezuk, 2017).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalho, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

### Impacto das Estratégias de Autocuidado no Tratamento do TAG

O autocuidado desempenha um papel significativo no manejo do TAG e pode complementar as intervenções terapêuticas tradicionais. Estudos têm demonstrado que estratégias como exercício físico regular, sono adequado e dieta saudável podem reduzir os sintomas de ansiedade e melhorar o bem-estar geral dos pacientes com TAG (Ribeiro; Andrade; Nunes, 2022). Por exemplo, uma revisão abrangente conduzida por Saeed, Cunningham & Bloch (2019) encontrou evidências consistentes de que o exercício físico pode ter efeitos benéficos na redução da ansiedade. Além disso, técnicas de relaxamento.

### Necessidade de Educação e Conscientização sobre o TAG e sua Abordagem Multidisciplinar

A educação e a conscientização sobre o TAG e as abordagens multidisciplinares são fundamentais para garantir o engajamento dos pacientes no tratamento e para combater o estigma associado aos transtornos mentais. Estudos têm destacado a importância da educação pública sobre o TAG, incluindo a disseminação de informações precisas sobre os sintomas, opções de tratamento e recursos disponíveis (Kwok *et al.*, 2019). Além disso, a sensibilização dos profissionais de saúde sobre a abordagem multidisciplinar e a promoção de colaboração entre diferentes especialidades podem melhorar a identificação precoce e o manejo adequado do TAG. Portanto, iniciativas que visam educar tanto o público quanto os profissionais de saúde sobre o TAG e sua abordagem multidisciplinar são essenciais para melhorar o acesso ao tratamento e promover melhores resultados para os pacientes (Demartini; Pate; Fancher, 2019).

### CONSIDERAÇÕES

A abordagem multidisciplinar no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) emerge como uma estratégia essencial para enfrentar os desafios complexos apresentados por essa condição psiquiátrica. A integração de diferentes disciplinas, como psiquiatria, psicologia, terapia ocupacional e assistência social, oferece uma perspectiva holística que aborda não apenas os sintomas ansiosos, mas também os fatores contextuais e as necessidades individuais dos pacientes. Ao longo deste artigo, destacou-se a eficácia de diversas abordagens terapêuticas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), a farmacoterapia e as terapias complementares, na redução dos sintomas de ansiedade e na melhoria do bem-estar dos pacientes com TAG. Além disso, foram discutidos os desafios enfrentados na implementação da abordagem multidisciplinar, como a escassez de profissionais treinados, a falta de coordenação entre os membros da equipe e as questões relacionadas ao financiamento dos serviços de saúde.

Apesar dos desafios, a abordagem multidisciplinar oferece uma oportunidade única de fornecer uma intervenção mais completa e adaptada às necessidades individuais dos pacientes com TAG. Ao promover a colaboração entre diferentes especialidades e enfatizar a importância da educação e conscientização sobre o TAG e sua abordagem terapêutica integrada, pode-se melhorar o acesso ao



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalho, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Bogea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

tratamento e promover melhores resultados clínicos para essa população. Portanto, a implementação efetiva da abordagem multidisciplinar requer um compromisso contínuo com a formação de profissionais de saúde, a promoção da colaboração interprofissional e a sensibilização sobre o TAG e sua abordagem terapêutica integrada. Ao adotar uma abordagem abrangente e centrada no paciente, pode-se fornecer cuidados mais eficazes e compassivos aos indivíduos afetados pelo TAG, melhorando sua qualidade de vida e bem-estar emocional.

### REFERÊNCIAS

APOLINÁRIO-HAGEN, Jennifer; DRÜGE, Marie; FRITSCHKE, Lara. Cognitive behavioral therapy, mindfulness-based cognitive therapy and acceptance commitment therapy for anxiety disorders: integrating traditional with digital treatment approaches. **Anxiety disorders: Rethinking and understanding recent discoveries**, p. 291-329, 2020.

BEHAR, Evelyn et al. Current theoretical models of generalized anxiety disorder (GAD): Conceptual review and treatment implications. **Journal of anxiety disorders**, v. 23, n. 8, p. 1011-1023, 2009.

CAREK, Peter J.; LAIBSTAIN, Sarah E.; CAREK, Stephen M. Exercise for the treatment of depression and anxiety. **The international journal of psychiatry in medicine**, v. 41, n. 1, p. 15-28, 2011.

CARL, Emily et al. Psychological and pharmacological treatments for generalized anxiety disorder (GAD): a meta-analysis of randomized controlled trials. **Cognitive Behaviour Therapy**, v. 49, n. 1, p. 1-21, 2020.

CUIJPERS, Pim et al. Relative effects of cognitive and behavioral therapies on generalized anxiety disorder, social anxiety disorder and panic disorder: A meta-analysis. **Journal of Anxiety Disorders**, v. 43, p. 79-89, 2016.

DEMARTINI, Jeremy; PATEL, Gayatri; FANCHER, Tonya L. Generalized anxiety disorder. **Annals of internal medicine**, v. 170, n. 7, p. ITC49-ITC64, 2019.

FAGAN, Harry A.; BALDWIN, David S. Pharmacological Treatment of Generalised Anxiety Disorder: Current Practice and Future Directions. **Expert Review of Neurotherapeutics**, p. 1-14, 2023.

GOODWIN, Guy M.; STEIN, Dan J. Generalised anxiety disorder and depression: contemporary treatment approaches. **Advances in Therapy**, v. 38, n. Suppl 2, p. 45-51, 2021.

HERSHENBERG, Rachel; GROS, Daniel F.; BRAWMAN-MINTZER, Olga. Role of atypical antipsychotics in the treatment of generalized anxiety disorder. **CNS drugs**, v. 28, p. 519-533, 2014.

HOFMANN, Stefan G. *et al.* The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. **Cognitive therapy and research**, v. 36, p. 427-440, 2012.

HOGUE, Elizabeth A. *et al.* Mindfulness-based stress reduction vs escitalopram for the treatment of adults with anxiety disorders: a randomized clinical trial. **JAMA psychiatry**, v. 80, n. 1, p. 13-21, 2023.

HOGUE, Elizabeth A. *et al.* Randomized controlled trial of mindfulness meditation for generalized anxiety disorder: effects on anxiety and stress reactivity. **The Journal of clinical psychiatry**, v. 74, n. 8, p. 16662, 2013.

JOTHI, Neesha et al. Predicting generalized anxiety disorder among women using Shapley value. **Journal of infection and public health**, v. 14, n. 1, p. 103-108, 2021.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA  
Lucas Mainardo Rodrigues Bezerra, Aléxia Mourão Alves Carvalho, Igor Inácio Aragão, Luiz de Moura Correia Filho,  
Jamylla Santos Lonsdale, Alexandre Bruno Veras Boguea Cardoso, Vilma Cristina Pereira Sardinha, Geovana Alencar Freitas

KACZKURKIN, Antonia N.; FOA, Edna B. Cognitive-behavioral therapy for anxiety disorders: an update on the empirical evidence. **Dialogues in clinical neuroscience**, v. 17, n. 3, p. 337-346, 2015.

KANDOLA, Aaron et al. Moving to beat anxiety: epidemiology and therapeutic issues with physical activity for anxiety. **Current psychiatry reports**, v. 20, p. 1-9, 2018.

KASPER, Siegfried et al. Silexan in anxiety disorders: Clinical data and pharmacological background. **The world journal of biological psychiatry**, v. 19, n. 6, p. 412-420, 2018.

KELLY, Kristen M.; MEZUK, Briana. Predictors of remission from generalized anxiety disorder and major depressive disorder. **Journal of Affective Disorders**, v. 208, p. 467-474, 2017.

KWOK, Jojo Y. Y. *et al.* Effects of mindfulness yoga vs stretching and resistance training exercises on anxiety and depression for people with Parkinson disease: a randomized clinical trial. **JAMA neurology**, v. 76, n. 7, p. 755-763, 2019.

LUO, Wei et al. Disorder-specific impaired neurocognitive function in major depression and generalized anxiety disorder. **Journal of Affective Disorders**, v. 318, p. 123-129, 2022.

MARON, Eduard; NUTT, David. Biological markers of generalized anxiety disorder. **Dialogues in clinical neuroscience**, v. 19, n. 2, p. 147-158, 2017.

NEWMAN, Michelle G. *et al.* A review of technology-assisted self-help and minimal contact therapies for anxiety and depression: is human contact necessary for therapeutic efficacy?. **Clinical psychology review**, v. 31, n. 1, p. 89-103, 2011.

PATEL, Gayatri; FANCHER, Tonya L. Generalized anxiety disorder. **Annals of internal medicine**, v. 159, n. 11, p. ITC6-1, 2013.

RIBEIRO, Maria Margarida; ANDRADE, Ana; NUNES, Inês. Physical exercise in pregnancy: Benefits, risks and prescription. **Journal of perinatal medicine**, v. 50, n. 1, p. 4-17, 2022.

SAEED, Sy Ateaz; CUNNINGHAM, Karlene; BLOCH, Richard M. Depression and anxiety disorders: benefits of exercise, yoga, and meditation. **American family physician**, v. 99, n. 10, p. 620-627, 2019.

SHOWRAKI, Mostafa; SHOWRAKI, Tiffany; BROWN, Kimberly. Generalized anxiety disorder: revisited. **Psychiatric Quarterly**, v. 91, p. 905-914, 2020.

SLEE, April et al. Pharmacological treatments for generalised anxiety disorder: a systematic review and network meta-analysis. **The Lancet**, v. 393, n. 10173, p. 768-777, 2019.

STARCEVIC, Vladan. Generalized anxiety disorder: psychopharmacotherapy update on a common and commonly overlooked condition. **Australasian Psychiatry**, v. 23, n. 4, p. 338-342, 2015.

STRÖHLE, Andreas. Physical activity, exercise, depression and anxiety disorders. **Journal of neural transmission**, v. 116, p. 777-784, 2009.