

**A CRESCENTE PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE E  
DEPRESSÃO: DESAFIOS DO DIAGNÓSTICO E NOVAS ESTRATÉGIAS  
TERAPÊUTICAS**

**THE INCREASING PREVALENCE OF ANXIETY AND DEPRESSION  
DISORDERS: CHALLENGES IN DIAGNOSIS AND NEW THERAPEUTIC  
STRATEGIES**

**LA CRECIENTE PREVALENCIA DE LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD Y  
DEPRESIÓN: DESAFÍOS EN EL DIAGNÓSTICO Y NUEVAS ESTRATEGIAS  
TERAPÉUTICAS**

 10.56238/MedCientifica-065

**Mauro Vitor de Siqueira Fonseca**  
Pós Graduação em Neuropsicologia

**Domenika Rubert Rossato**  
Mestrado em farmacologia  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7595908359707354>

**Anderson Adilson da Costa**  
Cursando 8º semestre de enfermagem

**Rafael José Kraisch**  
Doutorando em Neurociências  
Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9451441115088775>

**Nathalia Helena Vieira Ribeiro**  
Especialização Lato Sensu  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9517206311461280>

**Rosângela Gomes Vaillant**  
Doutoranda em Ciências e Meio Ambiente  
Instituição: Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6441075763046874>

**Solange de Oliveira Sousa**  
Pós Graduação Docencia no Ensino Superior, Enfermagem em Urgência e Emergência,  
Enfermagem do Trabalho  
Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7415405283107168>



## RESUMO

Os transtornos de ansiedade e depressão constituem problemas de saúde pública de magnitude global, apresentando crescimento exponencial em sua prevalência nas últimas décadas. Este estudo analisa criticamente a crescente prevalência desses transtornos, identificando os principais desafios diagnósticos e examinando as estratégias terapêuticas contemporâneas disponíveis. A relevância desta investigação justifica-se pelo impacto significativo que os transtornos mentais exercem sobre a qualidade de vida individual e os sistemas de saúde. O objetivo principal consiste em sintetizar o conhecimento científico sobre prevalência, diagnóstico e tratamento dos transtornos de ansiedade e depressão. A metodologia caracteriza-se como revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa e abordagem descritivo-analítica, com levantamento bibliográfico em bases de dados científicas reconhecidas, incluindo Scientific Electronic Library Online, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e PubMed, abrangendo publicações entre 2019 e 2024. Os resultados evidenciam prevalência elevada em populações específicas, desafios diagnósticos relacionados à heterogeneidade sintomatológica e eficácia de múltiplas abordagens terapêuticas, incluindo terapia cognitivo-comportamental, psicofarmacologia e telepsiquiatria. Conclui-se que os transtornos de ansiedade e depressão constituem fenômenos multideterminados que demandam abordagens integradas, fundamentadas cientificamente e adaptadas às necessidades individuais, subsidiando práticas clínicas baseadas em evidências e políticas públicas efetivas.

**Palavras-chave:** Transtornos de Ansiedade. Depressão. Diagnóstico. Estratégias Terapêuticas.

## ABSTRACT

Anxiety and depression disorders constitute global public health problems, presenting exponential growth in their prevalence over recent decades. This study critically analyzes the increasing prevalence of these disorders, identifying the main diagnostic challenges and examining contemporary therapeutic strategies available. The relevance of this investigation is justified by the significant impact that mental disorders exert on individual quality of life and health systems. The main objective consists of synthesizing scientific knowledge about prevalence, diagnosis, and treatment of anxiety and depression disorders. The methodology is characterized as an integrative literature review, of qualitative nature and descriptive-analytical approach, with bibliographic survey in recognized scientific databases, including Scientific Electronic Library Online, Latin American and Caribbean Health Sciences Literature, and PubMed, covering publications between 2019 and 2024. The results show high prevalence in specific populations, diagnostic challenges related to symptomatological heterogeneity, and efficacy of multiple therapeutic approaches, including cognitive-behavioral therapy, psychopharmacology, and telepsychiatry. It is concluded that anxiety and depression disorders constitute multidetermined phenomena that demand integrated approaches, scientifically grounded and adapted to individual needs, supporting evidence-based clinical practices and effective public policies.

**Keywords:** Anxiety Disorders. Depression. Diagnosis. Therapeutic Strategies.

## RESUMEN

Los trastornos de ansiedad y depresión constituyen problemas de salud pública global, mostrando un crecimiento exponencial en su prevalencia en las últimas décadas. Este estudio analiza críticamente la creciente prevalencia de estos trastornos, identificando los principales desafíos diagnósticos y examinando las estrategias terapéuticas contemporáneas disponibles. La relevancia de esta investigación se justifica por el impacto significativo que los trastornos mentales tienen en la calidad de vida individual y los sistemas de salud. El objetivo principal es sintetizar el conocimiento científico sobre la prevalencia, el diagnóstico y el tratamiento de los trastornos de ansiedad y depresión. La metodología se caracteriza por ser una revisión bibliográfica integradora, de naturaleza cualitativa y enfoque descriptivo-analítico, con un estudio bibliográfico en bases de datos científicas reconocidas,



incluyendo Scientific Electronic Library Online, Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud y PubMed, que abarca publicaciones entre 2019 y 2024. Los resultados muestran una alta prevalencia en poblaciones específicas, desafíos diagnósticos relacionados con la heterogeneidad sintomática y la efectividad de múltiples enfoques terapéuticos, incluyendo la terapia cognitivo-conductual, la psicofarmacología y la telepsiquiatría. Se concluye que los trastornos de ansiedad y depresión son fenómenos multideterminados que exigen enfoques integrados, con base científica y adaptados a las necesidades individuales, que respalden prácticas clínicas basadas en la evidencia y políticas públicas eficaces.

**Palabras clave:** Trastornos de Ansiedad. Depresión. Diagnóstico. Estrategias Terapéuticas.





## 1 INTRODUÇÃO

A contemporaneidade testemunha um fenômeno epidemiológico de proporções alarmantes: o aumento exponencial dos transtornos de ansiedade e depressão na população mundial. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde, estima-se que mais de 300 milhões de pessoas sofram de depressão e aproximadamente 264 milhões apresentem transtornos ansiosos, configurando-se como as principais causas de incapacidade funcional e comprometimento da qualidade de vida. Este cenário revela não apenas uma questão de saúde pública, mas também um desafio multifacetado que envolve aspectos diagnósticos, terapêuticos e socioculturais que demandam investigação científica rigorosa e atualizada.

A complexidade diagnóstica desses transtornos mentais constitui um dos principais obstáculos enfrentados pelos profissionais de saúde mental. A sobreposição sintomatológica entre diferentes categorias nosológicas, a variabilidade na apresentação clínica e a influência de fatores contextuais dificultam a precisão diagnóstica e, conseqüentemente, a implementação de estratégias terapêuticas adequadas. Almeida, Almeida e Pucci (2024, p. 2167) destacam que "a identificação precoce dos sintomas ansiosos representa um desafio clínico significativo, exigindo instrumentos diagnósticos sensíveis e específicos". Esta afirmação evidencia a necessidade de aprimoramento contínuo dos métodos avaliativos e da capacitação profissional para reconhecimento das manifestações clínicas em suas diversas nuances.

No contexto terapêutico, observa-se uma evolução significativa nas abordagens de tratamento, especialmente no que concerne às intervenções psicológicas baseadas em evidências. A terapia cognitivo-comportamental emerge como uma das modalidades mais investigadas e validadas empiricamente para o manejo desses transtornos. Conforme ressaltam Almeida, Almeida e Pucci (2024, p. 2170), "a terapia cognitivo-comportamental demonstra eficácia comprovada na reestruturação de padrões cognitivos disfuncionais associados aos transtornos ansiosos". Esta abordagem terapêutica fundamenta-se na modificação de crenças e comportamentos desadaptativos, promovendo mudanças duradouras no funcionamento psicológico dos indivíduos.

Paralelamente às intervenções psicológicas, o tratamento psicofarmacológico desempenha papel fundamental no manejo dos transtornos de ansiedade e depressão, especialmente em casos de maior gravidade sintomatológica. Os avanços na psicofarmacologia proporcionaram o desenvolvimento de medicações com perfis de eficácia e segurança aprimorados, ampliando as possibilidades terapêuticas disponíveis. Alves *et al.* (2024, p. 18) afirmam que "os psicofármacos contemporâneos apresentam mecanismos de ação mais seletivos, reduzindo significativamente os efeitos adversos e melhorando a adesão terapêutica". Esta evolução farmacológica representa um marco importante na história do tratamento psiquiátrico, possibilitando intervenções mais seguras e toleráveis.



A compreensão dos fatores etiológicos associados aos transtornos mentais também se expandiu consideravelmente nas últimas décadas. Reconhece-se atualmente que múltiplos determinantes biológicos, psicológicos e sociais interagem de forma complexa na gênese e manutenção desses quadros clínicos. Alves e Siqueira (2024, p. 16701) observam que "condições médicas crônicas, como as neoplasias, frequentemente desencadeiam ou exacerbam sintomas ansiosos e depressivos, evidenciando a interconexão entre saúde física e mental". Esta perspectiva integrativa ressalta a importância de abordagens terapêuticas holísticas que considerem o indivíduo em sua totalidade biopsicossocial.

A relevância deste estudo justifica-se pela necessidade premente de sistematizar o conhecimento científico atual sobre os desafios diagnósticos e as estratégias terapêuticas emergentes no campo dos transtornos de ansiedade e depressão. A crescente prevalência desses transtornos, associada ao impacto significativo na funcionalidade individual e nos sistemas de saúde, demanda investigações que possam subsidiar práticas clínicas baseadas em evidências e políticas públicas efetivas. Ademais, a compreensão aprofundada das inovações terapêuticas disponíveis contribui para a otimização dos resultados clínicos e para a promoção da saúde mental populacional.

O objetivo geral deste trabalho consiste em analisar criticamente a crescente prevalência dos transtornos de ansiedade e depressão, identificando os principais desafios diagnósticos e examinando as novas estratégias terapêuticas disponíveis. Como objetivos específicos, propõe-se: investigar os fatores epidemiológicos associados ao aumento da prevalência desses transtornos; examinar as dificuldades diagnósticas enfrentadas pelos profissionais de saúde mental; avaliar a eficácia das intervenções psicológicas baseadas em evidências; analisar os avanços na psicofarmacologia aplicada ao tratamento desses transtornos; e discutir a integração de abordagens terapêuticas multimodais.

Este trabalho estrutura-se em capítulos sequenciais que abordam sistematicamente os aspectos fundamentais da temática proposta. Após esta introdução, apresenta-se o referencial teórico, que fundamenta conceitualmente os transtornos de ansiedade e depressão, suas classificações nosológicas e os modelos explicativos contemporâneos. Subsequentemente, discute-se a metodologia empregada na revisão da literatura científica. Os resultados e discussão contemplam a análise crítica dos achados, relacionando-os com o referencial teórico estabelecido. Por fim, as considerações finais sintetizam as principais contribuições do estudo e apontam direções para investigações futuras, consolidando uma compreensão abrangente e atualizada sobre esta temática de relevância inquestionável para a saúde pública contemporânea.

## **2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

Os transtornos de ansiedade e depressão constituem categorias nosológicas amplamente reconhecidas na literatura psiquiátrica contemporânea, caracterizando-se por alterações significativas



no funcionamento emocional, cognitivo e comportamental dos indivíduos. A ansiedade, em sua manifestação patológica, transcende a resposta adaptativa natural diante de situações ameaçadoras, configurando-se como um estado persistente de apreensão, tensão e desconforto que compromete substancialmente a qualidade de vida. A depressão, por sua vez, manifesta-se através de humor deprimido, anedonia, alterações neurovegetativas e prejuízos funcionais que podem variar em intensidade e duração. Ambos os transtornos apresentam elevada prevalência mundial e representam desafios significativos para os sistemas de saúde, demandando compreensão aprofundada de seus aspectos epidemiológicos, etiológicos e clínicos.

A prevalência dos transtornos mentais tem apresentado crescimento exponencial nas últimas décadas, fenômeno amplificado por fatores socioculturais, econômicos e, mais recentemente, pela pandemia de COVID-19. Este evento sanitário global produziu impactos psicológicos profundos na população, intensificando sintomas ansiosos e depressivos em diferentes faixas etárias e contextos sociais. Barros *et al.* (2020, p. e400018) evidenciam que "a pandemia de COVID-19 resultou em aumento significativo de relatos de tristeza, depressão, nervosismo e ansiedade na população adulta brasileira". Esta constatação revela como eventos estressores coletivos podem desencadear ou exacerbar vulnerabilidades psicológicas preexistentes, configurando-se como fatores precipitantes de transtornos mentais em populações anteriormente assintomáticas.

A compreensão dos fatores de risco associados aos transtornos ansiosos requer análise multidimensional que contemple variáveis biológicas, psicológicas e sociodemográficas. Estudos epidemiológicos demonstram que características individuais, condições socioeconômicas, histórico familiar e experiências traumáticas constituem elementos que aumentam a suscetibilidade ao desenvolvimento desses transtornos. Costa *et al.* (2019, p. 95) afirmam que "a prevalência de ansiedade em adultos associa-se significativamente a fatores como sexo feminino, baixa escolaridade e condições socioeconômicas desfavoráveis". Esta perspectiva multifatorial ressalta a importância de abordagens preventivas e terapêuticas que considerem a complexidade dos determinantes envolvidos na gênese e manutenção dos sintomas ansiosos.

As transformações socioculturais contemporâneas, particularmente aquelas relacionadas ao uso intensivo de tecnologias digitais, têm sido investigadas como potenciais fatores contributivos para o aumento da prevalência de transtornos mentais, especialmente em populações mais jovens. A exposição prolongada a telas, redes sociais e conteúdos digitais pode influenciar negativamente o bem-estar psicológico, alterando padrões de sono, interação social e regulação emocional. Domingos *et al.* (2024, p. 8) observam que "o tempo excessivo de exposição a telas correlaciona-se positivamente com sintomas de ansiedade e depressão em escolares". Esta evidência sugere que os hábitos digitais contemporâneos podem representar fatores de risco modificáveis, passíveis de intervenção preventiva através de programas de educação em saúde mental e promoção de estilos de vida saudáveis.



A neurobiologia dos transtornos de ansiedade e depressão tem sido objeto de investigação científica intensiva, revelando alterações em sistemas neurotransmissores, circuitos neurais e processos neuroendócrinos. O sistema serotoninérgico, noradrenérgico e gabaérgico desempenham papéis fundamentais na regulação do humor e da ansiedade, constituindo alvos terapêuticos primários das intervenções psicofarmacológicas. Adicionalmente, o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal apresenta disfunções características em indivíduos com transtornos depressivos, evidenciando a interconexão entre estresse crônico e alterações neuroendócrinas. Esta compreensão neurobiológica fundamenta o desenvolvimento de estratégias terapêuticas farmacológicas cada vez mais específicas e eficazes.

As abordagens diagnósticas contemporâneas fundamentam-se em sistemas classificatórios internacionalmente reconhecidos, como o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais e a Classificação Internacional de Doenças. Estes instrumentos estabelecem critérios operacionais que permitem a identificação sistemática dos transtornos mentais, facilitando a comunicação entre profissionais e a condução de pesquisas científicas. Entretanto, reconhece-se que a aplicação desses critérios diagnósticos enfrenta desafios relacionados à heterogeneidade sintomatológica, à comorbidade entre diferentes transtornos e às variações culturais na expressão do sofrimento psíquico. A precisão diagnóstica constitui, portanto, um processo complexo que demanda avaliação clínica minuciosa, utilização de instrumentos psicométricos validados e consideração do contexto biopsicossocial do indivíduo.

As perspectivas teóricas que fundamentam a compreensão dos transtornos de ansiedade e depressão são diversificadas, abrangendo modelos biológicos, psicodinâmicos, cognitivo-comportamentais e socioculturais. A teoria cognitiva propõe que distorções no processamento de informações e esquemas cognitivos disfuncionais constituem elementos centrais na manutenção dos sintomas depressivos e ansiosos. A perspectiva comportamental enfatiza o papel dos processos de condicionamento e aprendizagem na aquisição e manutenção de respostas ansiosas. Os modelos integradores contemporâneos reconhecem a interação complexa entre vulnerabilidades biológicas, processos psicológicos e fatores ambientais, propondo abordagens terapêuticas multimodais que contemplem esta multidimensionalidade etiológica.

Este referencial teórico evidencia que os transtornos de ansiedade e depressão constituem fenômenos complexos, multideterminados e de elevada relevância clínica e epidemiológica. A compreensão aprofundada de seus aspectos conceituais, epidemiológicos, neurobiológicos e diagnósticos fornece fundamento essencial para o desenvolvimento de estratégias terapêuticas eficazes e para a implementação de políticas públicas de saúde mental baseadas em evidências científicas robustas e atualizadas.



### 3 METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa e abordagem descritivo-analítica, cujo objetivo consiste em sintetizar o conhecimento científico produzido sobre a prevalência de transtornos de ansiedade e depressão, os desafios diagnósticos enfrentados pelos profissionais de saúde mental e as estratégias terapêuticas contemporâneas disponíveis. A escolha pela revisão integrativa justifica-se pela possibilidade de reunir, analisar criticamente e sintetizar evidências provenientes de diferentes estudos, permitindo a construção de uma compreensão abrangente e atualizada sobre a temática investigada. Este método possibilita a identificação de lacunas no conhecimento existente, a análise de tendências investigativas e a proposição de direcionamentos para pesquisas futuras.

A pesquisa qualitativa mostra-se adequada aos propósitos deste estudo por permitir a exploração aprofundada de fenômenos complexos, a interpretação de significados e a compreensão contextualizada dos dados coletados. A natureza descritivo-analítica possibilita não apenas a caracterização dos fenômenos investigados, mas também a análise crítica das relações estabelecidas entre diferentes variáveis, teorias e perspectivas presentes na literatura científica. Quanto aos objetivos, a pesquisa classifica-se como exploratória e descritiva, buscando ampliar o conhecimento sobre o tema e descrever sistematicamente as características dos transtornos de ansiedade e depressão, bem como as abordagens diagnósticas e terapêuticas contemporâneas.

O levantamento bibliográfico foi conduzido em bases de dados científicas reconhecidas internacionalmente, incluindo *Scientific Electronic Library Online*, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, *PubMed*, *PsycINFO* e *Web of Science*. A seleção dessas bases justifica-se pela abrangência, qualidade e relevância das publicações indexadas, garantindo acesso a estudos científicos rigorosos e atualizados. Os descritores utilizados na estratégia de busca incluíram termos controlados e não controlados relacionados aos transtornos de ansiedade, depressão, diagnóstico, tratamento, psicoterapia e psicofarmacologia, combinados através de operadores booleanos para otimização da recuperação de informações relevantes.

Os critérios de inclusão estabelecidos para seleção dos estudos contemplaram publicações em língua portuguesa, inglesa e espanhola, publicadas entre 2019 e 2024, que abordassem especificamente a prevalência, diagnóstico ou tratamento de transtornos de ansiedade e depressão em populações adultas. Foram incluídos artigos originais, revisões sistemáticas, metanálises e estudos epidemiológicos que apresentassem metodologia claramente descrita e resultados fundamentados em evidências científicas. Os critérios de exclusão compreenderam estudos com populações exclusivamente pediátricas, publicações sem revisão por pares, resumos de congressos, editoriais, cartas ao editor e estudos que não apresentassem metodologia explícita ou resultados consistentes.



A coleta de dados foi realizada de forma sistemática e criteriosa, seguindo protocolo previamente estabelecido que garantiu a reprodutibilidade e o rigor metodológico do processo. Inicialmente, procedeu-se à leitura dos títulos e resumos das publicações identificadas, aplicando-se os critérios de elegibilidade definidos. Os estudos potencialmente relevantes foram recuperados na íntegra e submetidos à leitura completa para confirmação da adequação aos objetivos da pesquisa. Ferreira *et al.* (2019) demonstram a importância da identificação de variáveis predisponentes aos transtornos mentais em populações específicas, fundamentando a necessidade de análise criteriosa dos fatores associados à prevalência desses transtornos.

A análise dos dados coletados foi conduzida através da técnica de análise de conteúdo temática, que permite a identificação, análise e descrição de padrões recorrentes nos dados, organizando-os em categorias temáticas significativas. Este processo envolveu a leitura repetida e aprofundada dos estudos selecionados, a codificação sistemática das informações relevantes, a identificação de temas emergentes e a organização desses temas em categorias analíticas coerentes com os objetivos da pesquisa. Freitas *et al.* (2024) ressaltam a relevância da compreensão epidemiológica dos transtornos mentais na sociedade brasileira, aspecto que orientou a categorização e análise dos dados coletados neste estudo.

A extração de dados contemplou informações sobre características metodológicas dos estudos, populações investigadas, instrumentos diagnósticos utilizados, prevalências identificadas, fatores de risco associados, modalidades terapêuticas avaliadas e principais resultados reportados. A síntese dos dados foi realizada de forma narrativa e descritiva, permitindo a integração de evidências provenientes de diferentes desenhos metodológicos e a construção de uma compreensão abrangente sobre o estado atual do conhecimento na área. Ferreira *et al.* (2022) evidenciam a importância do desenvolvimento de instrumentos tecnológicos para monitoramento da saúde mental, aspecto que ilustra a diversidade de abordagens metodológicas presentes na literatura contemporânea.

Os aspectos éticos foram rigorosamente observados durante todo o processo de pesquisa, respeitando-se os princípios de integridade científica, honestidade intelectual e respeito à propriedade intelectual dos autores consultados. Todas as fontes utilizadas foram devidamente citadas e referenciadas conforme as normas estabelecidas pela Associação Brasileira de Normas Técnicas, garantindo a rastreabilidade das informações e o reconhecimento das contribuições científicas originais. Por tratar-se de revisão de literatura baseada em dados secundários publicamente disponíveis, o estudo não demandou submissão a Comitê de Ética em Pesquisa, conforme preconizado pela legislação brasileira vigente.

Reconhecem-se limitações metodológicas inerentes ao desenho de revisão integrativa, particularmente relacionadas à heterogeneidade dos estudos incluídos, às diferenças metodológicas entre as investigações analisadas e à possibilidade de viés de publicação. A restrição temporal



estabelecida nos critérios de inclusão pode ter excluído estudos clássicos relevantes publicados anteriormente ao período definido. Adicionalmente, a inclusão exclusiva de publicações em três idiomas pode ter limitado o acesso a evidências relevantes publicadas em outras línguas. Não obstante essas limitações, a metodologia empregada possibilita a construção de uma síntese abrangente e fundamentada do conhecimento científico atual sobre os transtornos de ansiedade e depressão, seus desafios diagnósticos e as estratégias terapêuticas contemporâneas disponíveis.

Quadro 1 – Sinóptico das Referências Acadêmicas e Suas Contribuições para a Pesquisa

<b>Autor</b>	<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Contribuições</b>
COSTA, C. et al.	<b>Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos</b>	2019	Estima a prevalência de ansiedade em adultos brasileiros e identifica fatores sociodemográficos e comportamentais associados, oferecendo base epidemiológica para políticas de saúde mental.
FERREIRA, A. et al.	<b>Prevalência de ansiedade e depressão em pacientes oncológicos e identificação de variáveis predisponentes</b>	2019	Analisa a frequência de ansiedade e depressão em pacientes com câncer e destaca variáveis predisponentes, reforçando a importância do suporte psicológico em oncologia.
BARROS, M. et al.	<b>Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de covid-19</b>	2020	Descreve o impacto emocional da pandemia em adultos brasileiros, com foco em tristeza, ansiedade e sono, contribuindo com dados populacionais sobre sofrimento psíquico na covid-19.
FREITAS, R. et al.	<b>Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da covid-19</b>	2021	Investiga níveis de depressão, ansiedade e estresse em docentes universitários na pandemia, apontando fatores de risco ocupacionais e contextuais.
FERREIRA, L. et al.	<b>Desenvolvimento, satisfação e usabilidade de plataforma móvel para monitoramento da saúde mental de estudantes universitários</b>	2022	Apresenta o desenvolvimento e avaliação de um app móvel para monitorar saúde mental de universitários, discutindo usabilidade e potencial de tecnologias digitais na promoção de bem-estar.
PAULINO, B.; YOEM, R.	<b>Práticas integrativas no tratamento da ansiedade</b>	2022	Discute o uso de práticas integrativas e complementares (como terapias alternativas) no manejo da ansiedade, mostrando possibilidades de cuidado além do modelo biomédico tradicional.
SILVA, A.; BALDAÇARA, L.	<b>Posicionamento oficial da Associação Brasileira de Psiquiatria relativo ao uso da cannabis em tratamentos psiquiátricos</b>	2022	Apresenta o posicionamento oficial da ABP sobre uso de cannabis em psiquiatria, incluindo ansiedade, trazendo evidências, riscos e recomendações clínicas.
LIMA, A. et al.	<b>Ansiedade em trabalhadores da atenção primária à saúde no contexto da pandemia da covid-19</b>	2023	Analisa a ansiedade em trabalhadores da atenção primária durante a pandemia, evidenciando sobrecarga emocional e necessidade de suporte institucional aos profissionais de saúde.
ALMEIDA, B.; ALMEIDA, T.; PUCCI, S.	<b>O uso da terapia cognitivo-comportamental no auxílio do tratamento dos transtornos de ansiedade: uma revisão integrativa nacional</b>	2024	Revisão integrativa sobre a eficácia da TCC no tratamento de transtornos de ansiedade no contexto brasileiro, sintetizando evidências e reforçando a TCC como abordagem de primeira linha.
ALVES, A. et al.	<b>A contribuição da psicofarmacologia no tratamento dos transtornos de ansiedade: avanços e desafios</b>	2024	Aborda avanços e limitações do tratamento farmacológico da ansiedade, problematizando efeitos colaterais, adesão e integração com psicoterapias.
ALVES, F.; SIQUEIRA, E.	<b>Efeitos psicológicos das neoplasias</b>	2024	Discute impactos psicológicos do câncer, incluindo ansiedade e depressão, e a



			necessidade de acompanhamento psicológico em todo o curso da doença.
DOMINGOS, L. et al.	<b>Sintomas de ansiedade e depressão e tempo de telas em escolares do norte de Minas Gerais, Brasil</b>	2024	Relaciona tempo de exposição a telas com sintomas de ansiedade e depressão em escolares, contribuindo para o debate sobre tecnologias digitais e saúde mental de crianças/adolescentes.
FREITAS, A. et al.	<b>Compreendendo a prevalência de ansiedade e depressão na sociedade brasileira</b>	2024	Traz um panorama da prevalência de ansiedade e depressão no Brasil, discutindo fatores sociais e contextuais que influenciam o adocimento psíquico.
HABR, L. et al.	<b>Aspectos psicológicos do paciente pós-bariátrico: uma revisão de literatura</b>	2024	Revisão de literatura sobre impactos psicológicos após cirurgia bariátrica, incluindo ansiedade, imagem corporal e adaptação emocional.
MARINHO, A.	<b>Uma revisão sistemática sobre a eficácia de abordagens terapêuticas para transtornos de ansiedade</b>	2024	Revisão sistemática comparando diferentes abordagens terapêuticas para transtornos de ansiedade, apontando evidências de eficácia e lacunas de pesquisa.
NUNES, A.; PINTO, F.; MENDES, T.	<b>Aplicação da terapia cognitivo-comportamental no tratamento do transtorno da compulsão alimentar</b>	2024	Discute o uso da TCC no manejo da compulsão alimentar, destacando relações entre ansiedade, alimentação e estratégias cognitivas e comportamentais.

Fonte: Elaboração do próprio autor

A tabela organizada cronologicamente das referências sobre transformações familiares e sociais revela uma evolução notável no campo, iniciando com análises clássicas de estruturas sociais e empresariais familiares, avançando para estudos sobre valores modernos e impactos na saúde mental em 2020-2022, e culminando em perspectivas globais sobre digitalização, globalização e políticas de gênero nos anos 2023-2025. Essa estruturação temporal destaca tendências como a influência da ocidentalização e da tecnologia na reconfiguração de relações conjugais e valores culturais, facilitando a compreensão de como mudanças socioeconômicas moldam a família contemporânea em contextos diversos, desde o Brasil até a Ásia. Assim, ela serve como ferramenta essencial para pesquisadores e formuladores de políticas, permitindo identificar lacunas em abordagens interdisciplinares e promover intervenções que equilibrem tradição e inovação na dinâmica familiar.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise integrativa da literatura científica contemporânea revela um panorama complexo e multifacetado acerca da prevalência, diagnóstico e tratamento dos transtornos de ansiedade e depressão. Os estudos examinados evidenciam crescimento substancial na ocorrência desses transtornos, particularmente em contextos específicos e populações vulneráveis, configurando um desafio epidemiológico de proporções significativas para os sistemas de saúde mundial. A pandemia de COVID-19 emergiu como fator catalisador desse fenômeno, intensificando sintomas preexistentes e desencadeando novos casos em diferentes segmentos populacionais, conforme demonstrado por múltiplas investigações científicas recentes.



Os profissionais da área educacional, especialmente docentes universitários, constituem um grupo particularmente afetado pelos transtornos mentais no contexto pandêmico. Freitas *et al.* (2021) identificaram prevalência elevada de sintomas depressivos, ansiosos e estresse em professores universitários durante a pandemia, associados a fatores como sobrecarga de trabalho, adaptação ao ensino remoto e incertezas profissionais. Esta constatação ressalta a vulnerabilidade de profissionais submetidos a demandas laborais intensificadas e transformações abruptas nas condições de trabalho, evidenciando a necessidade de implementação de estratégias de suporte psicológico e promoção de saúde mental em ambientes acadêmicos.

Similarmente, os trabalhadores da atenção primária à saúde experimentaram impactos psicológicos significativos decorrentes da exposição prolongada a situações estressoras relacionadas à pandemia. Lima *et al.* (2023) documentaram níveis elevados de ansiedade entre profissionais da atenção primária, relacionados ao risco de contaminação, sobrecarga assistencial e insuficiência de recursos materiais e humanos. Estes achados convergem com a literatura internacional que identifica os profissionais de saúde como população de risco aumentado para desenvolvimento de transtornos mentais em contextos de crises sanitárias, demandando políticas institucionais de proteção à saúde mental desses trabalhadores.

A investigação dos fatores psicológicos associados a condições médicas específicas também revelou aspectos relevantes para a compreensão da interface entre saúde física e mental. Habr *et al.* (2024) analisaram os aspectos psicológicos de pacientes submetidos à cirurgia bariátrica, identificando prevalência significativa de sintomas ansiosos e depressivos no período pós-operatório. Esta evidência reforça a compreensão de que intervenções médicas invasivas, mesmo quando bem-sucedidas do ponto de vista físico, podem desencadear ou exacerbar vulnerabilidades psicológicas, necessitando acompanhamento psicológico integrado ao tratamento clínico.

A população estudantil da área da saúde emerge como grupo de particular vulnerabilidade para ideação suicida e transtornos mentais. Silva *et al.* (2024) documentaram associação entre ideação suicida e fatores como isolamento social, pressões acadêmicas e incertezas profissionais em estudantes de ciências da saúde durante a pandemia. Estes resultados evidenciam a urgência de implementação de programas de prevenção e intervenção precoce em ambientes universitários, particularmente em cursos caracterizados por elevadas demandas acadêmicas e exposição a situações emocionalmente desafiadoras.

No âmbito das estratégias terapêuticas, a literatura científica demonstra eficácia de múltiplas abordagens no tratamento dos transtornos de ansiedade e depressão. Marinho (2024) conduziu revisão sistemática sobre a eficácia de diferentes modalidades terapêuticas para transtornos ansiosos, identificando evidências robustas de efetividade para intervenções psicológicas, farmacológicas e combinadas. A terapia cognitivo-comportamental mantém-se como abordagem psicológica com maior



suporte empírico, demonstrando resultados consistentes em diferentes populações e contextos clínicos. Nunes, Pinto e Mendes (2024) exemplificam a aplicabilidade dessa abordagem no tratamento do transtorno da compulsão alimentar, evidenciando sua versatilidade e eficácia em diferentes quadros psicopatológicos.

As práticas integrativas e complementares emergem como alternativas terapêuticas promissoras no manejo dos transtornos ansiosos. Paulino e Yoem (2022) analisaram a aplicação de práticas integrativas no tratamento da ansiedade, identificando benefícios terapêuticos associados a técnicas como *mindfulness*, acupuntura e fitoterapia. Embora essas abordagens demonstrem potencial terapêutico, os autores ressaltam a necessidade de investigações metodologicamente rigorosas para estabelecimento definitivo de sua eficácia e segurança. Silva e Baldaçara (2022) discutem o posicionamento da Associação Brasileira de Psiquiatria sobre o uso de *cannabis* em tratamentos psiquiátricos, destacando a importância de fundamentação científica sólida para incorporação de novas modalidades terapêuticas à prática clínica.

A telepsiquiatria representa inovação significativa na prestação de serviços de saúde mental, particularmente relevante no contexto pandêmico que impôs restrições ao atendimento presencial. Rhinow *et al.* (2024) avaliaram a eficácia da telepsiquiatria no tratamento de transtornos ansiosos, identificando resultados comparáveis aos obtidos em modalidades presenciais tradicionais. Esta evidência sugere que as tecnologias digitais podem ampliar o acesso aos serviços de saúde mental, superando barreiras geográficas e logísticas que frequentemente limitam o acesso ao tratamento especializado.

Os resultados apresentados convergem para a compreensão de que os transtornos de ansiedade e depressão constituem fenômenos multideterminados, influenciados por fatores biológicos, psicológicos, sociais e contextuais. As estratégias terapêuticas eficazes caracterizam-se pela integração de diferentes modalidades de intervenção, adaptadas às necessidades individuais e contextos específicos. Reconhecem-se limitações relacionadas à heterogeneidade metodológica dos estudos analisados e à necessidade de investigações longitudinais que permitam compreensão aprofundada dos mecanismos terapêuticos e fatores preditores de resposta ao tratamento. Não obstante, os achados fornecem subsídios importantes para orientação de práticas clínicas baseadas em evidências e desenvolvimento de políticas públicas de saúde mental.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este estudo propôs-se a analisar criticamente a crescente prevalência dos transtornos de ansiedade e depressão, identificando os principais desafios diagnósticos enfrentados pelos profissionais de saúde mental e examinando as novas estratégias terapêuticas disponíveis no contexto contemporâneo. A investigação fundamentou-se na compreensão de que esses transtornos constituem



problemas de saúde pública de magnitude global, demandando abordagens científicas rigorosas que possam subsidiar práticas clínicas efetivas e políticas públicas fundamentadas em evidências. A relevância desta temática justifica-se pelo impacto significativo que os transtornos mentais exercem sobre a qualidade de vida individual, o funcionamento social e os sistemas de saúde, configurando-se como desafio prioritário para a saúde coletiva.

A síntese dos principais resultados evidencia que a prevalência dos transtornos de ansiedade e depressão apresenta crescimento exponencial nas últimas décadas, fenômeno intensificado por fatores socioculturais, econômicos e, particularmente, pela pandemia de COVID-19. Populações específicas, incluindo profissionais de saúde, docentes universitários, estudantes da área da saúde e indivíduos com condições médicas crônicas, demonstram vulnerabilidade aumentada para o desenvolvimento desses transtornos. Os desafios diagnósticos identificados relacionam-se à heterogeneidade sintomatológica, à comorbidade entre diferentes transtornos mentais, às variações culturais na expressão do sofrimento psíquico e à necessidade de instrumentos avaliativos sensíveis e específicos que possibilitem identificação precoce e precisa.

A interpretação dos achados revela que os transtornos de ansiedade e depressão constituem fenômenos multideterminados, resultantes da interação complexa entre vulnerabilidades biológicas, processos psicológicos e fatores ambientais. As estratégias terapêuticas contemporâneas caracterizam-se pela diversidade de abordagens disponíveis, incluindo intervenções psicológicas baseadas em evidências, tratamentos psicofarmacológicos com perfis de eficácia e segurança aprimorados, práticas integrativas e complementares, além de modalidades inovadoras como a telepsiquiatria. A efetividade terapêutica associa-se à individualização do tratamento, à integração de diferentes modalidades de intervenção e à consideração do contexto biopsicossocial do indivíduo.

As contribuições deste estudo para a área de saúde mental manifestam-se em múltiplas dimensões. Primeiramente, a sistematização do conhecimento científico atual sobre prevalência, diagnóstico e tratamento dos transtornos de ansiedade e depressão fornece panorama abrangente que pode orientar profissionais de saúde mental em suas práticas clínicas. Adicionalmente, a identificação de populações vulneráveis e fatores de risco associados subsidia o desenvolvimento de estratégias preventivas direcionadas. A análise crítica das modalidades terapêuticas disponíveis contribui para a tomada de decisão clínica fundamentada em evidências científicas robustas, promovendo a qualidade e a efetividade dos serviços de saúde mental.

Reconhecem-se limitações inerentes ao desenho metodológico adotado nesta investigação. A revisão integrativa da literatura, embora possibilite síntese abrangente do conhecimento disponível, apresenta restrições relacionadas à heterogeneidade dos estudos incluídos, às diferenças metodológicas entre as investigações analisadas e à possível existência de viés de publicação. A delimitação temporal estabelecida nos critérios de inclusão pode ter excluído estudos clássicos relevantes publicados



anteriormente ao período definido. A restrição idiomática pode ter limitado o acesso a evidências relevantes publicadas em outras línguas. Adicionalmente, a natureza qualitativa da análise de dados impossibilita generalizações estatísticas ou estabelecimento de relações causais definitivas entre variáveis investigadas.

As possibilidades para estudos futuros são amplas e promissoras. Investigações longitudinais que acompanhem indivíduos ao longo do tempo permitiriam compreensão aprofundada dos mecanismos etiológicos, fatores preditores de desenvolvimento dos transtornos e trajetórias de resposta ao tratamento. Estudos de efetividade comparativa entre diferentes modalidades terapêuticas, conduzidos em contextos naturalísticos, forneceriam evidências sobre a aplicabilidade prática das intervenções em cenários clínicos reais. A investigação de biomarcadores associados aos transtornos de ansiedade e depressão poderia contribuir para o desenvolvimento de estratégias diagnósticas mais precisas e objetivas. A análise de fatores culturais e sociodemográficos que influenciam a expressão sintomatológica e a resposta terapêutica ampliaria a compreensão da diversidade de manifestações desses transtornos.

A implementação de programas de prevenção primária e secundária, fundamentados nas evidências científicas disponíveis, constitui prioridade para a saúde pública. A promoção de ambientes saudáveis, o desenvolvimento de habilidades de regulação emocional, a identificação precoce de sintomas e o acesso facilitado a serviços de saúde mental representam estratégias essenciais para redução da incidência e do impacto desses transtornos. A formação continuada de profissionais de saúde, capacitando-os para reconhecimento precoce, avaliação adequada e implementação de intervenções baseadas em evidências, mostra-se fundamental para a qualificação da assistência prestada. A integração entre diferentes níveis de atenção à saúde e a articulação intersetorial ampliam as possibilidades de abordagem integral e resolutiva.

Este trabalho evidencia que os transtornos de ansiedade e depressão constituem desafios complexos que demandam abordagens multidimensionais, integradas e fundamentadas cientificamente. A compreensão aprofundada de seus aspectos epidemiológicos, diagnósticos e terapêuticos fornece subsídios essenciais para o avanço do conhecimento científico, a qualificação das práticas clínicas e o desenvolvimento de políticas públicas efetivas. O impacto desta investigação transcende o âmbito acadêmico, contribuindo para a promoção da saúde mental, a redução do sofrimento psíquico e a melhoria da qualidade de vida de milhões de indivíduos afetados por esses transtornos. A continuidade das investigações científicas nesta área mostra-se imperativa para o enfrentamento deste desafio sanitário contemporâneo de relevância inquestionável.



## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, B.; ALMEIDA, T.; PUCCI, S. O uso da terapia cognitivo-comportamental no auxílio do tratamento do transtornos de ansiedade: uma revisão integrativa nacional. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 6, p. 2165-2181, 2024. DOI: <https://doi.org/10.51891/rease.v10i6.14448>.

ALVES, A.; SANTANA, R.; SILVA, A.; CHAVES, M. A contribuição da psicofarmacologia no tratamento dos transtornos de ansiedade: avanços e desafios. *Licuri*, p. 14-26, 2024. DOI: <https://doi.org/10.58203/licuri.22942>.

ALVES, F.; SIQUEIRA, E. Efeitos psicológicos das neoplasias. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 24, n. 8, e16701, 2024. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e16701.2024>.

BARROS, M.; LIMA, M.; MALTA, D.; SZWARCOWALD, C.; AZEVEDO, R.; ROMERO, D.; ...; GRACIE, R. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de covid-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, n. 4, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/s1679-49742020000400018>.

COSTA, C.; BRANCO, J.; VIEIRA, I.; SOUZA, L.; SILVA, R. Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 68, n. 2, p. 92-100, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000232>.

DOMINGOS, L.; BORGES, A.; ANDRADE, V.; OLIVEIRA, M.; PEREIRA, C.; DOMINGOS, P.; ...; OLIVEIRA, M. Sintomas de ansiedade e depressão e tempo de telas em escolares do norte de Minas Gerais, Brasil. [S.l.: s.n.], 2024.

FERREIRA, A.; BICALHO, B.; NEVES, L.; MENEZES, M.; SILVA, T.; FAIER, T.; ...; MACHADO, R. Prevalência de ansiedade e depressão em pacientes oncológicos e identificação de variáveis predisponentes. *Revista Brasileira de Cancerologia*, v. 62, n. 4, p. 321-328, 2019. DOI: <https://doi.org/10.32635/2176-9745.rbc.2016v62n4.159>.

FERREIRA, L.; BENEVIDES, A.; RABELO, J.; MEDEIROS, M.; MARÇAL, E.; SANDERS, L.; ...; PEIXOTO, R. Desenvolvimento, satisfação e usabilidade de plataforma móvel para monitoramento da saúde mental de estudantes universitários. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 2, e19911225525, 2022. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25525>.

FREITAS, A.; CRISANTO, A.; GUILHON, L.; SOUZA, V.; SILVA, R.; SILVA, N.; ...; MARTINS, M. Compreendendo a prevalência de ansiedade e depressão na sociedade brasileira. *PBPC*, v. 3, n. 2, p. 647-657, 2024. DOI: <https://doi.org/10.36557/pbpc.v3i2.79>.

FREITAS, R.; RAMOS, D.; FREITAS, T.; SOUZA, G.; PEREIRA, É.; LESSA, A. Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da covid-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 70, n. 4, p. 283-292, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>.

HABR, L.; SILVEIRA, G.; FERNANDES, N.; HABR, L.; FLORESTA, I.; CARNEIRO, J.; ...; STABILE, G. Aspectos psicológicos do paciente pós-bariátrico: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 3, p. 1733-1747, 2024. DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n3p1733-1747>.



LIMA, A.; BRAGA, J.; ALMEIDA, L.; TRAJANO, F.; MOREIRA, A. Ansiedade em trabalhadores da atenção primária à saúde no contexto da pandemia da covid-19. *Ideação*, v. 25, n. 2, p. 392-410, 2023. DOI: <https://doi.org/10.48075/ri.v25i2.30964>.

MARINHO, A. Uma revisão sistemática sobre a eficácia de abordagens terapêuticas para transtornos de ansiedade. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 7, n. 2, e68247, 2024. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n2-164>.

NUNES, A.; PINTO, F.; MENDES, T. Aplicação da terapia cognitivo-comportamental no tratamento do transtorno da compulsão alimentar. *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*, v. 12, n. 2, 2024. DOI: <https://doi.org/10.61164/rmm.v12i2.3142>.

PAULINO, B.; YOEM, R. Práticas integrativas no tratamento da ansiedade. *Pubsáude*, v. 10, p. 1-5, 2022. DOI: <https://doi.org/10.31533/pubsauade10.a353>.

RHINOW, L.; GOMES, A.; ROOS, A.; PINHO, M.; VIEIRA, L.; BRITO, M. Eficácia da telepsiquiatria no tratamento de transtornos de ansiedade: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 8, p. 5073-5085, 2024. DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n8p5073-5085>.

SILVA, A.; BALDAÇARA, L. Posicionamento oficial da Associação Brasileira de Psiquiatria relativo ao uso da cannabis em tratamentos psiquiátricos. *Revista Debates em Psiquiatria*, v. 12, 2022. DOI: <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2022.v12.393>.

SILVA, B.; MENEZES, A.; ABUD, A.; FREITAS, C.; GOIS, C.; DINIZ, F.; ...; ALMEIDA, E. Ideação suicida e fatores associados em estudantes de ciências da saúde nos tempos de pandemia. *Cogitare Enfermagem*, v. 29, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/ce.v29i0.92692>.

