

# **Ansiedade generalizada: manejo na atenção primária**

Generalized anxiety: management in primary care

**Manuela Guerra Pacífico de Aguiar**  
Unigranrio

**Elaine Mulgrabi Silva Martins**  
Facimpa

**Vladimir Magalhães Seixas Neto**  
Afya Palmas

**Leticia D'Almeida Ubirajara**  
Afya Garanhuns

**Paulo Henrique Costa de Bessa**  
FESAR

**Cristyan Pantaleão Gandolfo**  
FESAR

**Miriam Linhares Tavares**  
Iesvap

**Heitor de Carvalho Tolêdo**  
Afya Palmas

**Introdução:** Entre os desafios que permeiam a Atenção Primária à Saúde (APS), destaca-se a ansiedade generalizada, um transtorno mental de elevada prevalência que impacta significativamente a qualidade de vida dos indivíduos. Caracterizada por preocupações excessivas e persistentes, dificilmente controladas, essa condição frequentemente permanece subdiagnosticada, agravando os sintomas e comprometendo o bem-estar dos pacientes. Dessa forma, a identificação precoce e o manejo adequado da ansiedade generalizada na APS são essenciais para prevenir complicações e reduzir a sobrecarga sobre os serviços de saúde.

**Objetivo:** O presente estudo tem por finalidade analisar as estratégias de manejo da ansiedade generalizada na APS, enfatizando a importância do diagnóstico precoce, da utilização de instrumentos de triagem padronizados e da implementação de abordagens terapêuticas integradas. **Metodologia:** Realizou-se uma revisão integrativa da literatura mediante buscas sistemáticas nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS, utilizando os descritores “ansiedade generalizada”, “manejo”, “atenção primária à saúde”, “diagnóstico”, “diagnóstico precoce” e “tratamento”. Foram incluídos artigos publicados entre 2018 e 2023, em português, inglês e espanhol, que abordassem estratégias de identificação e intervenção para o manejo da ansiedade generalizada na APS. **Resultados e Discussão:** Os estudos analisados demonstram que o uso de instrumentos como a escala GAD-7 tem se mostrado eficaz para a identificação precoce dos sintomas de ansiedade generalizada, permitindo a detecção de indivíduos em risco. Ademais, a implementação de modelos colaborativos de

cuidado, que integrem médicos, psicólogos e outros profissionais, revela-se crucial para o sucesso das intervenções. Estratégias que combinam o uso racional de ansiolíticos com abordagens psicoterapêuticas – em especial a terapia cognitivo-comportamental – evidenciam impacto positivo na redução dos sintomas e na melhoria da funcionalidade dos pacientes. Entretanto, persistem desafios, sobretudo relacionados à capacitação contínua dos profissionais e à superação do estigma que circunda os transtornos mentais, o que demanda esforços educativos e políticas públicas direcionadas. **Conclusão:** Conclui-se que o manejo da ansiedade generalizada na APS requer uma abordagem integrada, que uma triagem precoce, intervenções terapêuticas multidisciplinares e educação continuada dos profissionais de saúde. Dessa forma, torna-se possível promover melhores desfechos clínicos e aprimorar a qualidade de vida dos pacientes, contribuindo para a sustentabilidade dos serviços de saúde mental.

**Palavras-Chaves:** Ansiedade Generalizada, Manejo, Atenção Primária

SZUHANY, Kristin L.; SIMON, Naomi M. Anxiety disorders: a review. **Jama**, v. 328, n. 24, p. 2431-2445, 2022.

DE ALMEIDA RAMOS, Patrícia et al. Transtornos de ansiedade na Atenção Primária à Saúde: um panorama das publicações científicas a partir da revisão integrativa. **Brazilian Medical Students**, v. 8, n. 12, 2023.

DA SILVA, Isabelle Bassani Leme; VERONEZ, Fulvia De Souza. Estratégias da Atenção Básica sobre os casos de Transtorno de Ansiedade em adultos e idosos. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 8020-8029, 2021.