

RESUMO SIMPLES - SAÚDE MENTAL E NEUROLOGIA

**IMPACTO COGNITIVO DA ANSIEDADE: SEUS EFEITOS SOBRE A
MEMÓRIA E CONCENTRAÇÃO.**

Manuela Antonocci Correia (manuela.correia@sou.unaerp.edu.br)

introdução: A ansiedade pode ser definida como uma resposta prolongada à uma ameaça imprevisível, que engloba mudanças tanto no processamento de informações como mudanças fisiológicas. Em situações estressantes, assim como na ansiedade, ocorre uma maior ativação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA) além da maior liberação de norepinefrina. A liberação de cortisol e norepinefrina de forma excessiva resulta em impactos cognitivos, logo, esse estudo aborda como esses mecanismos de estresse podem prejudicar a memória e a concentração, com o intuito de promover o conhecimento sobre os impactos cognitivos causados pela ansiedade, e, conseqüentemente, auxiliar a estabelecer melhores terapias e tratamento adequado.

Objetivo: Analisar como a ansiedade proporciona o declínio cognitivo.

Metodologia: Foi realizada uma revisão bibliográfica integrativa a partir de trabalhos em inglês e português, disponíveis nas plataformas Scielo e Pubmed. Foram incluídos os artigos entre os anos de 2003 à 2025 que se encaixam no tema proposto.

Resultados e discussão:

De acordo com os trabalhos consultados, a ansiedade tem aumentado nos últimos anos, prejudicando o desempenho profissional e acadêmico de estudantes e servidores. O eixo HPA ativado de forma prolongada leva à uma liberação excessiva de cortisol, que altera a sensibilidade e a expressão de receptores serotoninérgicos, além de diminuir a síntese de serotonina por reduzir o triptofano, precursor da mesma. A serotonina promove a liberação do fator neurotrófico derivado do cérebro, que favorece os neurônios e a plasticidade sináptica. Além disso, em indivíduos com transtornos de ansiedade, o locus coeruleus, região da ponte responsável por produzir norepinefrina, possui uma resposta mais prolongada e

desregulada. Dessa forma, potencializa as respostas ao medo, diminui o controle da atenção e prejudica a modulação emocional. De acordo com a curva de Yerkes-Dodson, o excesso de hormônios do estresse e de excitação, como ocorre na ansiedade, pode prejudicar a consolidação da memória quando em níveis altos, no entanto, quando em níveis pouco elevados, podem contribuir com a memorização e concentração.

Conclusão: Portanto, é importante conhecer os impactos da ansiedade no desempenho cognitivo, dado que, com esse conhecimento, torna-se possível diagnosticar a ansiedade precocemente e prevenir o declínio cognitivo. Em adição, a conscientização da população é fundamental para que ocorra a procura de um auxílio médico, com consequente diagnóstico precoce e tratamento.

Palavras-chave: ansiedade; cortisol; locus coeruleus.